வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDAY KALANIDHI

EDITOR
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர்
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்
ஆயுர்வேத பூஷண

புஸ்தகம் 1. Vol. 1. — ஆனந்த வருஷ ஆனிமீ —JULY—1914. — ஸஞ்சிகை 11. No. 11.

COMMON DISEASES OF THE EAR.

காதிலுண்டாகும் ஸாமானிய வியாதிகள்.

BY
Dr. D. S. RAMACHANDRA RAO, M.A., M.B., CH. B.,
Physician and Surgeon.

மானிட தேஹத்தில் ஒரு முக்கியமான அங்ம் காது. அது அதிக நுட்பமானதாகைால், அற்ப காரணங்கள் கூட அதன் இயற்கைச் சுபாவத்தைப் போக்கி விடுகின்றன. னுஷ்யர்களுக் குண்டாகும் வியாதிகளில், ருட்டுத் தனத்திற்கு அடுத்தாற்போல், செவிட்டுத் தன்மை மிகவும் கொடிய வியாதி.

யோசிக்குங்கால், மனுஷ்யனுக்குக் காது ான் கேட்பதற்குத் தகுந்த சிறந்த கருவியாிருக்கிறது. அது அதிகச் சிரமப்பட்டு, ிக உபயோகமான சின்னஞ்சிறிய கருவிகளைக்கொண்டு தகுந்த ஏற்பாட்டுடன் சிக்குக்கலாய் கட்டப்பட்டிருக்கிறது. கேட்குங் கருவியான அவயவமாது வெளிக்காதென்ும், காதினுட் ஜவ்வு (Tympanum) அல்து நடுக்காது, உட்காது (Labrynth) என்று மூன்று வகையாகப் பாகிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ாவரும் வெளிப் படையாய்ப் பார்க்கக் கூடிதும், ஸாதாரணமாய் காதென்று வழங்கப்படுவதுமான ஆரிக்கிளும் (Auricle or Pinna), சுண்டுவிரல் சுலபமாய் நுழையும் படியானவளவு விசாலமாயிருக்கிற சப்தம் கேட்குங் கால்வாய் (Auditory Canal) என்ற இரண்டும் வெளிக்காதின் பாகங்கள். ஆரிக்கில் (Auricle) என்பதற்கு சப்தத்தைச் சேர்க்கும் சக்தி உண்டென்பது, சில மிருகங்கள் தூர சப்தத்தைக் கேட்கவேண்டுமெனில், தங்கள் ஆரிக்கிலைச் சற்றேறக்குறைய வாயகன்ற குழல் (Funnel) போல் நெறித்துக்கொண்டு சப்தத்தைக் கிரஹிக்க யத்தனிப்பதனால் விளங்குகிறது. ஒருவனுக்குக் காது கேட்பது கொஞ்சம் மத்திமமா யிருந்தால், அவன் தன் கையை காதின் பின்னால் வைத்துக்கொண்டு ஆரிக்கிலை புனல்போல் வளைத்து முன்னுக்குத் தள்ளுவதனால் அதன் பயனை யடைகிறான். சப்தம் போகக்கூடிய வாய்க்காலில் காதுமலம் சேர்ந்து மெழுக்கு போன்றிருக்கிறது. அது சிறு பூச்சிகளையும் புழுக்களையும், தூசி தும்புகளையும் உட்காதிற்குள் செல்ல வொட்டாமல் தடுக்கின்றது. காதின் உட்ஜவ்வுக் குழியில் அதன் குறுக்காக டிம்பானம் (Tympanum) அல்லது முரசு(Drum)என்று வழங்குகிற ஒரு மெல்லிய ஜவ்வு ஒடுகிறது. இந்த முரசுக்குள் சிற்றெலும்பின்(Ossiculum)தொடர்பென்று

இணைக்கப்பட்டிருக்கிறது. உட்காதோ ஜன்னல்போல் பின்னலாய்க் கட்டப்பட்டிருப்பதனால், சரீர தத்துவத்தை அதிகச் சிறப்பாயறிந்த நிபுணர்களாலும் அதன் அமைப்பானது கண்டு பிடிக்கப்படுவது கடினம். ஆனால் ஆடிடொரி நரம்பு (Auditory Nerve) அதாவது சப்தத்தைக் கிரஹிக்கும் நரம்பு அங்குபோய் எண்டோலிம்ப் (Endolymph) என்னும் திரவத்தில் ஸம்பந்தப்பட்டு முடிகிறதென்று மாத்திரம் உங்களுக்குத் தெரிந்திருந்தால் போதுமானது.

சப்தம் உட்பிரவேசித்தல்.

ஆடிடொரி (Auditory) நரம்புக்குச் சப்தம் எலும்புகளின் வழியாய் செல்லக் கூடும். அத்தாட்சியாக, ஒரு மனிதன் தன் தலையைத் தரையில் வைத்துக்கொண்டு தூரத்தில் ஓடும் வண்டியின் சப்தத்தைக் கேட்கிறான். மத்தியமாக அதிர்ச்சியுண்டாக்கும் ஒரு கருவியை, காதின் பின்புறத்திலாவது, நெற்றியின் மேலாவது, பற்களுக்கு மத்தியிலாவது வைத்தால், ஒரு மனிதன் தன் இரண்டுகாதுகளையும் மூடிக்கொண்டாலுங்கூட சப்தத்தைத் தெளிவாகக் கேட்கின்றான். இதனால் எலும்புகளுக்குச் சப்தத்தைப் பெறும் நரம்புக்கு அனுப்பும் சக்தி உண்டென்பது விளங்குகிறது. ஆனால் ஸாதாரணமாய் சப்தம் பெறும் கருவியினால்தான் சப்தம் உட்பிரவேசிக்கிறது. ஆரிக்கில் சப்தத்தின் பரப்பைத் திரட்டி, சுருக்கி, அதைப் பெரிய கால்வாய்க்கு அனுப்பியவுடன், சப்தமானது முரசு யென்னும் அவயவத்தை (Tympanum) அடித்து அசையச் செய்கிறது. முரசானது தான் பெற்ற அதிர்ச்சையைச் சிற்றெலும்புத் தொடர்ச்சிக்குச் செலுத்துகையில், அத்தொடர்ச்சி எண்டோலிம்ப் என்னும் திரவம் அசையும் வரையில் மற்றையத் தோற்றங்களை ஆட்டிக்கொண்டிருக்கின்றது. பிறகு அத்திரவம் சப்தம் பெறும் நரம்பை அசக்குவதால், அது கேட்கும் அறிவை மூளைக்குக் கொடுத்து வருகிறது.

செவிட்டுத் தன்மை.

ஒருவன் கேட்குங் கருவி எவ்வளவு சிக்குமுக்கலாய் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறதென்பதைக் கவனித்தால், செவிடாகுதல் எவ்வளவு சுலபமென்பது விளங்கும். கேட்குங் கருவியில் ஏதாவதொரு முக்கியமான பாகத்தில் நாம் கையிட்டாலுங் கூட, கேட்கும் சக்தி கொஞ்சம் மந்தமாகும். பூர்ணமாயமைக்கப் படாத ஒரு ஆரிக்கில், சப்தம் பெறுங் கால்வாயில் சப்தம் போய் அடைவதைத் தடுக்கிறது. விதை, சிறு கற்கள், கட்டி, கெட்டியாகச் சதை வளருதல் போன்ற அன்னிய சாமான்கள் சப்தக் குழாயை மூடநேர்ந்தால், "குழாயில் சப்தம் போயடைவதைத் தடுக்க அவை காரணமாகின்றன. கட்டி முதலியவை உண்டானாலும், முரசு (Tympanum) கடித்து விட்டாலும், துவாரம் கெட்டுவிட்டாலும், நெகிழ்த்துழளத்தக்க சக்தி குறைந்துவிட்டாலும், அல்லது சிற்றெலும்புத் தொடர்ச்சி தாராளமாய் அசைய முடியாவிட்டாலும்—மேற்கண்ட காரணங்களில் ஏதேனும் ஒன்றிருந்தாலும்-சப்தம் உட்செல்வது நின்றுவிடலாம். மூளைக்குச் சரியானபடி சப்தம் போய்ச் சேராதிருப்பதற்கு முற்கூறியவையே காரணமாம். ஏதாவது காரணத்தினால் சப்தம் செல்லும் நரம்பு முற்றிலுமாவது சிறிதாவது மந்தமாவதால் முற்கூறியவாறு அதே செவிட்டுத் தனம் உண்டாகும்.

ஆகையால் செவிட்டுத் தன்மைக்குக் காரணங்களும் பல, சிகித்சைகளும் பல. அதற்கு சிகித்சை காரணங்களைக் கண்டிப்பதே. ஆகையால் காது மந்தமானதற்குக் காரணங்களையுள்ளபடி யறியாமல் செய்யப்படும் சிகித்சைகள் துன்பத்தை விளைவிக்கின்றன. இச்சந்தர்ப்பங்களில் வியாதியின் குணத்தை யறிவதற்கே மிகுந்த சாதுர்யம் அவசியமாயிருப்ப

துடன், பிறகு அவ்வியாதியைச் சொஸ்தப்படுத்துவதற்குள் எவ்வளவோ கஷ்டங்களும் நேரிடுகின்றன. சப்தத்தைக் கேட்பதற்கான காதென்னும் கருவியினுள் அமைந்துள்ள அவயவங்கள் எவ்வளவு நுட்பமாயும், சிக்குமுக்கலாயும் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன வென்பதைப் பற்றி ஒருவருக்குக் கொஞ்சம் தெரிந்தாலுங் கூட ஒருநாளும் பாமர வைத்தியரிடம் சிகித்ஸை செய்துகொள்ள உட்படவே மாட்டார். விஷயம் தெரியாமல் காதினுள் மருந்துகளை விடுவதாலும், தேஹத்தில் அளவிலா மருந்துகளைத் திணிப்பதாலும் பிரயோஜனமே கிடையாது. அவ்விதம் அறியாமல் வைத்தியம் செய்வதால், சில ஸமயங்களில், மனிதனுக்கு இம்ஸையுண்டாவதும் தவிர, கைதேர்ந்த வைத்தியன் சிகிச்ஸை செய்வதுங்கூட மிகவும் கஷ்டஸாத்தியமாய் விடுகிறது. ஆகையால் காதில் ஏதேனும் நோய்வந்தால் ஒரு க்ஷணநேரங் கூட விருதாவாக்காமல் சரீர தத்துவ மறிந்த நிபுணரான வைத்தியர்களிடம் சென்று, அதற்குச் செய்யவேண்டிய பரிஹாரங்களைத் தேடிக்கொள்ள முயற்சி செய்வது உத்தமம்.

காது வலி.

மானிட சரீரத்தின் தோலின்மேல் உண்டாகிற வியாதிகளுள் அடிக்கடி ஸம்பவிக்கக் கூடியதும், சித்திரவதை செய்வதுமாயிருப்பது காது வலியே. இந்த நோய் உக்கிரமாயும் அடிக்கடியும் அதிகரித்துக் கொண்டுவருவதுமன்றி, சில ஸமயங்க[illegible] பல் வலியை விடவுங் கொடியதாகத் [illegible]கின்றது. இந்நோய், கழுத்[illegible] முதலான இடங்களிலும் பரவி மிகுந்த[illegible]ன்பத்தையும் அஸௌகரியத்தையும் உண்டாக்குகிறது. வீக்கம் கூட காணும். காது நோய்க்கு பல காரணங்கள் உள. குளிர்ந்தகாற்றில் உலாவுவதனால் இந்நோய் உண்டாகலாம். சிலபேருக்குக்காதினுள் குறும்பி அதிகரித்து, தும்பு தூசுகளும் சேர்ந்து, தடித்து, குத்தல் குடைத்தலும், சில ஸமயங்களில் தாங்கக்கூடாத துன்பமும் உண்டாகிறது. காதைச் சுத்தப்படுத்தும் நிமித்தம் கடினமான குச்சி முதலியவைகளை நுழைப்பதனால் சீழ்க் கட்டி உண்டாய் உபத்திரவமேற்படும். அடிக்கடி சிறுபூச்சி முதலியவைகள் காதில் நுழைந்து கடிப்பதனால் நுட்பமான பாகங்களில் கட்டி யெழும்பி பாதையுண்டாகிறது.

சிகித்ஸை——நோயுண்டானதற்குக் காரணத்தைப் போக்குதலே காது நோய்க்கும் ஔஷதமாகும். காதில் குறும்பி அதிகரித்து தமைத்தல்ஏற்பட்டால்ஸோடாமாவும் (Washing Soda or Soda Bicorb.), க்ளிஸரீனும் (Glycerine) கலந்த எண்ணெயைக்காதில் ஊற்றிக்கொண்டு, காலையில் நன்றாய்ப் பொங்கின ஜலத்தை ஆறவைத்து அந்த ஜலத்தைப் பிச்சாங்குழலால் எடுத்து காதைச்சுத்தப்படுத்திக் கொள்ளவேண்டும். பிராந்தி அல்லது கலப்பற்ற சாராயச் சத்தை ஒன்றல்லது இரண்டு துளி காதினுள் ஊற்றினால் நலம். ஸாதாரணமாய் இதுதான் அனைவரும் செய்யத்தகுந்த சிகித்ஸை. காதின் வெளிப்புறத்திலும் பின்புறத்திலும் சுடுஜலம் ஒத்தடம் கொடுத்தால் நோவுக்குக் கொஞ்சம் இதமாயிருக்கும். விளக்கெண்ணெய் அல்லது மெக்னீசியம் ஸல்பேட் (Magnesium Sulphate) கொண்டு கொஞ்சம் பேதிக்குச் சாப்பிட்டு, குடலைச் சுத்தம்செய்து கொள்வதால் வியாதியஸ்தனுக்கு மிகவும் ஆரோக்கிய முண்டாகலாம்.

காதினின்றும் கெட்டத் திரவங்கள் வெளிப்படுதல்.

காதினின்றும் கெட்டத் திரவங்கள் ஸாதாரணமாய் எல்லாருக்கும் எளிதில் வெளியாவதுண்டு; அது முதலில் ஜலமாய்ப்பெருகி, பிறகு சீழாகிறது. சில ஸமயங்களில் இரத்த

முக் கலந்து வரக்காணலாம். காதிற்குச் சம்பந்தப்பட்ட ஏதாவதொரு எலும்பானது வியாதியால் பீடிக்கப்பட்டால்தான் காதிலிருந்து நீடித்தகாலம் நீர் வடியும். காதில் சதை வளருவதும், சிலந்திகட்டுவதும் நீர்வடித்தலுக்குக் காரணமாம்.

சிகித்ஸை:—இப்பொழுது நாம் செய்ய வேண்டுவதெல்லாங் கூடி என்னவென்றால்:—வெளிவரும் திரவங்களை அல்லது அழுக்குகளையெல்லாம் தாராளமாய் வெளிவரும்படியாகச் செய்வதேயாம். சரியாய் லகுவாகுமுன், வடிந்துகொண்டிருக்கும் சீழை நிறுத்த முயன்றால் அதனால் தோஷங்கள் மூளையினும் ஸம்பந்தப்பட்டு இறுதியில் மிகுந்த கஷ்டத்தைக் கொடுக்கும். ஆகையால் பீச்சாங்குழலின் உதவியால் தினம் இரண்டல்லது மூன்று முறை இலேசாய் காதில் கெட்ட மலங்கள் ஒன்றும் தங்காதபடி சுத்திசெய்து கொண்டே வரவேண்டும். இந்நோய் அனேகவகைப்படும். இவைகளுக்கு, தத்துவமறியாத வைத்தியரால், அபாயமில்லாமலும் நற்பயன் விளையுமாறும் சிகித்ஸை செய்யப்படுவது கஷ்டம். ஆகையால் எப்பொழுதும் காலதாமதமின்றி கைதேர்ந்த வைத்தியர்களிடம் சென்று வியாதியைப் போக்கிக்கொள்ள முயற்சி செய்யவேண்டுவதவசியம்.

HISTORY OF AYURVEDA

ஆயுர்வேத சரிதம்

(முன் ஸஞ்சிகையின் தொடர்ச்சி.)

BY

Mr. T. D. RAJA VAJAPEYR.

நூல்கள் பழையன வென்று கண்டனம் செய்வதும், புதியன என்று பூஷிப்பதும் சரியல்ல. (1) ஆதிகாலம் முதல் அனுஷ்டித்து வந்த நூல்களை வாசிக்கவேண்டுமானால் நாம் முன்னமேயே கூறியதுபோல ஆதிகாலத்தில் வழக்கத்திலிருந்தபடி ஏதேனும் இரண்டு சாஸ்திரங்கள் வாசித்து, பிறகுதான் வைத்திய சாஸ்திரத்தை அத்யயனம் செய்யவேண்டும். (2) மொழிபெயர்ப்புகளை மாத்திரம் வாசிப்பதில் அவ்வளவு உபயோகமிராது. ஏனெனில் சிற்சில விடங்களில் மொழிபெயர்ப்புகள் தவறுதலாகவும் இருக்கக்கூடும். தவிரவும் அந்நூல்களில் இருக்கும் அழகும், பெருமையும் கவனிக்க முடியாது. (3) வித்தையை விற்கக் கூடாது. அதாவது கற்பிக்கக் கூலிவாங்கக் கூடாது. அப்படிச் செய்வது வித்தையை வியாபாரம் செய்வதுபோல் ஆகும்.

குறிப்பு—ஆயுர்வேதம் அத்யயனம் செய்ய வேண்டுமானால் வடமொழியிலே யிருக்கிற நூல்களையே கற்கவேண்டும். இல்லாவிடில் ஆயுர்வேதம் கற்பதில் அவ்வளவு பிரயோஜனமிருக்குமென்று சொல்லமுடியாது. தற்காலத்தில் வழங்கிவரும் ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களும் அவைகளின் காலநிர்ணயமும்:—

நாம் எழுதவாரம்பித்த விஷயங்களை முடிக்குமுன் தற்காலத்தில் அனுஷ்டானத்திலிருக்கிற புஸ்தகங்களைப்பற்றி கொஞ்சம் எழுதாவிடின் அதுவே ஒரு குறையாகும். ஏனெனில் சில ஜனங்களுக்கு ஆயுர்வேதத்தைப் பற்றிய நூல்கள் குறைவு என்று ஓர் அபிப்பிராயம் இருக்கிறது. ஆயுர்வேதத்தைப்பற்றிய நூல்களின் ஜாபிதா அதிகமாக யிருக்கிறதாகையால் ஜாபிதாவை வேறொரு ஸஞ்சிகையில் எழுதுவோம். இந்தவிடத்தில் முக்கியமாயுள்ளவைகளைப் பற்றிச் சொல்லுவோம்.

1. சரகஸம்ஹி[illegible] ஆதிகாலத்து நூல்; அக்நிவேச ஸ[illegible]யுடன் வழங்குகிறதென்[illegible] ...யை சொல்லியிருக்கிறோம். அது எழுதப்பட்ட காலத்தைப் பற்றிச் சொன்னால் அபிப்பிராயம் பலவிருக்கின்றன. சரித்திரக்காரர்கள் கி. மு. 600-க்கு முன்னால் யெழுதப்பட்டிருக்கலாமென்று

அபிப்பிராயப் படுகிறார்கள். இந்நூல் ஆதியில் எழுதப்பட்ட விதமாகவே இப்பொழுது இருப்பதாகத் தெரியவில்லை. ஆனால் கி. பி. 1100-க்குப் பிறகு சக்ரபாணி யென்பவர் உரை யெழுதுங் காலத்தில் இந்நூல் ஆதியிலிருந்தபடியே இருந்திருக்கக் கூடுமென்று ஊகிக்க இடங் கொடுக்கிறது. சரகர் இந்த ஸம்ஹிதையை சீர்திருத்தி யெழுதிக்கொண்டு வந்திருந்த போதிலும், கடைசியில் சுமார் மூன்றிலொருபாகம் பூர்த்தி செய்யாமல் விடப்பட்டிருந்ததாகவும், அது கபிலபாலரின் புத்திரரான த்ருடபலரென்பவரால் அக்னிவேச ஸம்ஹிதையை யனுஸரித்து பூர்த்தி செய்யப்பட்டதென்றும் தெரியவருகிறது.

2. ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை.—இப்புத்தகமானது காசிதேசத்தரசராய் வந்தவதரித்த தன்வந்தரியின் மாணாக்கரான ஸுச்ருதரால் எழுதப்பட்டதென்று முன்னமேயே தெரிவித்திருக்கிறோம். இந்நூலானது சற்றேறக்குறைய சரக ஸம்ஹிதை யெழுதப்பட்டகாலத்திலேயே யெழுதப்பட்டிருக்கவேண்டுமென்று அனுமானப்பட வேண்டியதாயிருக்கிறது. இந்நூலின் உரையாசிரியர்களில் ஒருவரான டல்லண ரென்பவர், இப்புத்தகத்தின் கடைசி மூன்றிலொருபாகம் நாகார்ஜுனரால் எழுதப்பட்டதென்றும், அதில் ஆதி ஸுச்ருதத்தில் (வ்ருத்த ஸுச்ருதமென்று வழங்கப்படுவதில்) சொல்லப்பட்டிராத சால[illegible]ிய தந்த்ரம் எழுதப்பட்டிருக்கிறதென்று சிலரும், வேறு சிலர் புத்தகம் முழுதும் [illegible] ஸுச்ருதராலேயே எழுதப்பட்டதென்றும் அபிப்பிராயப்படுகிறார்கள். இப்புத்[illegible]த்துக்கு உரையாசிரியர் அநேகர்; அவர்களுள் கயாதாஸர், பாஸ்கரர், மாதவர், பிரும்[illegible]வர், சக்ரபாணி, டல்லணர் முதலியவர்களை முக்கியமாகச் சொல்லலாம்.

3. பௌ[illegible]தை.—இந்நூல் பூர்ணமாகக் கிடைக்கவில்லை. அது மெத்தவும் சிதிலமாகப் போய், தஞ்சாவூர் ஸரஸ்வதி மஹாலில் ஒன்று இருப்பதாகத் தெரியவருகிறது. வாக்படர் இப்புத்தகத்தின் உதவியைக் கொண்டுதான் தன்னுடைய புத்தகத்தை எழுதியிருப்பதாகச் சொல்லியிருக்கிறார்.

4. ஹாரீத ஸம்ஹிதை.—இது சுமார் இரண்டொரு நூற்றாண்டுகளுக்கு முன் எழுதப்பட்ட நவீன நூலென்று அபிப்பிராயப்படுகிறார்கள். இப்பொழுது அச்சிடப்பட்டுள்ள ஹாரீதஸம்ஹிதை தற்காலத்தியவன் எவனோ எழுதியதாகவும், பிராசீனமான ஹாரீதஸம்ஹிதை வேறொன்று உண்டென்றும், அது கிடைப்பது அரிது என்றும் கூறுகின்றனர்.

5. அஷ்டாங்கஹ்ருதய ஸம்ஹிதை.—அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம், அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம் என வழங்கும் நூல்கள் பழையகாலத்து நூல்களிலிருந்து விஷயங்களைத் திரட்டி எழுதப்பட்டவை எனவிளங்குகிறது. இவை மட்டும் தென்னிந்தியாவில் அனுஷ்டானத்திலிருக்கின்றன. கிருஸ்துவுக்கு இரண்டு நூற்றாண்டுகளுக்கு முன் எழுதப்பட்டன வென்று இந்திய சரித்திரக்காரர்களும், வெகு நாளைக்குப் பிறகு சுமார் கி. பி. 625-ல் எழுதப்பட்டன வென்று ஆங்கில சரித்திரக்காரர்களும் அபிப்பிராயப்படுகிறார்கள். ஸர்வாங்கஸுந்தரீ யென்னும் உரை அஷ்டாங்க ஹ்ருதயஸம்ஹிதைக்கு அருணதத்தரால் 1220 கி.பி. இல் எழுதப்பட்டது.

6. மாதவ நிதானம்.—('நிதானந் த்வாதி காரணம்' அமரம். நிதானமென்னும் பதத்துக்கு ஆதிகாரண மென்று பொருள்.) இப்புஸ்தகமானது மாதவகாரரால் கிருஸ்துவுக்கு எட்டு நூற்றாண்டுகளுக்குப் பின் எழுதப்பட்டது. இதில் வியாதிகளின் காரணங்களும் (Aetiology, Pathology, etc.), முக்கிய லக்ஷணங்களும் (Symptoms) அடங்கியிருக்கின்றன. இந்நூலுக்கு வாசஸ்பதி யென்

பவர், கி. பி. 1260 ல் 'ஆதங்க தர்ப்பணம்' என்னும் உரையும், கி. பி. 1240 ல் விஜயரக்ஷி தரும் அவருடைய சிடராகிய ஸ்ரீகண்ட தத்தருமாக ஒரு வியாக்கியானமும் எழுதியிருக்கின்றனர்.

7. வ்ருந்தயோகம்:—இந்நூல் ப்ருந்த ரென்பவரால் எழுதப்பட்டது. ஆகவே இது 'ப்ருந்தமாதவம்' என்றும் வழங்கப்படுகிறது. சக்கிரபாணி யெழுதியிருக்கும் நூலுக்கு இது ஓர் ஆதாரமாயிருந்ததாகச் சொல்லுகிறார்கள். இப்புஸ்தகமும் இப்பொழுது அச்சிடப்பட்டு வெளியாயிருக்கிறது.

8. ரஸரத்நாகரம்.—இது ரஸவித்தையில் (Chemistry) சிறந்த அறிவு வாய்ந்த நாகார்ஜுனரால் கிருஸ்துவுக்கு எட்டு ஒன்பது நூற்றாண்டுகளுக்குப்பின் எழுதப்பட்டது.

9. சக்ரதத்த ஸங்க்ரஹம்.—1060. கி. பி. இல் இதற்கு சிவதாஸர் ஓர் உரையெழுதியிருக்கிறார். 'ஆயுர்வேத தீபிகை' யென்று சக்ரபாணி ஓர் உரையும் எழுதியிருக்கிறார். இதற்கு 'சரக தாத்பர்யதீபிகா' என்று வேறு பெயர் சொல்வதுண்டு.

10. சார்ங்கதர ஸம்ஹிதை.—இது 13-ம் நூற்றாண்டி லெழுதப்பட்டு இப்பொழுது இந்தியாவில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களால் அதிகமாய் கையாளப்பட்டு வருகிற வெகுப் பிரவித்தமான நூல்.

11. பாவப்ரகாசம்.—இது 16-ம் நூற்றாண்டில் எழுதப்பட்டது. இதில் ஜனங்களுக்கு அதிக மதிப்புண்டு. இப்புத்தகம் வெகு விரிவா யெழுதப் பட்டிருக்கிறது. வைத்தியர்களுக்கு மிகவும் உபயோகமானது.

இவைகளைத்தவிர அநேக வைத்திய அகராதிகளிருப்பதாகவும் தெரியவருகிறது. அவை 'தனவந்தரி நிகண்டு', 'ராஜநிகண்டு,' 'ஸாளக்ராம நிகண்டு' முதலியவைகளாம்.

நாம் வைத்திய சாஸ்திரத்தைப்பற்றி ஆயிரம் சொன்னபோதிலும் ஆயுர்வேதம் அன்னிய தேசங்களுக்குப் போய் ஆங்காங்குள்ள வைத்திய சாஸ்திரங்களின் முறை முதலியவற்றில் எவ்விதமான மாறுபாடுகள் செய்தது என்பதைத் தெரிந்துகொள்ள நமக்கோர் ஆவலுண்டாகிறது. நாம் இது விஷயமாய் வீண் விவாதத்துக்காரம்பிக்காமல் நமக்குத் தெரிந்த வரையில் சில விஷயங்களை எடுத்துரைப்போம். இந்து தேசத்துக்கு அநேக கிரேக்கர் வந்து வைத்திய சாஸ்திரம், இதர தத்துவ சாஸ்திரம் முதலியவற்றைப் பயின்றார்களென்று உலகச் சரித்திரக்காரர்களெல்லோரும் அபிப்பிராயப் படுகிறார்கள். தவிரவும் அவர்களின் அபிப்பிராயப்படியே நம்முடைய சாஸ்திரங்கள் எகிப்து (Egypt) நாட்டின் வழியாக கிரேக் (Greece) தேசத்துக்குப்போய் அங்குள்ள வைத்திய சாஸ்திரத்துக்கே காரணபூதமாக அல்லது அவை சீர்திருத்த மடையும்படி இருந்தது. வாத, பித்த, ச்லேஷ்மம் என்னும் த்ரிதாதுவின் கொள்கை அவர்களுக்கும் வெகு காலமாகத் தெரிந்திருக்கிறது. அது ஹிப்பாக்ரெட்டீஸ் (Hippocrates) காலத்துக்குமுன்னமேயே அனுபவத்திலிருந்ததாகத் தெரியவருகிறது. கிரேக் தேசத்தவர், இந்துதேசத்தவர் இவர்களுடைய புத்தகங்களின் மொழி பெயர்ப்பை அனுஸரித்தே அராபியர் வைத்திய புஸ்தகங்களெழுதி யிருக்கிறார்கள்என்பதை எல்லோரும் ஒப்புக்கொள்ளுகிறார்கள். மகம்மதியர் ஆட்சி செய்ய ஆரம்பிக்கும் முன்னமேயே இந்து வைத்திய புஸ்தகங்கள் பர்ஷியா தேசத்துக்குக் கொண்டுபோகப்பட்டு, அங்கே பாரஸீக பாஷையில் மொழி பெயர்க்கப்பட்டன. சீனதேசத்தி லிருந்து மூன்று பிரயாணிகள் இந்துதேசம்வந்து தங்கியிருந்தார்களென்று நம் தேசத்துச் சரித்திரக்காரர்கள் மூலமாய் நமக்குத் தெரியவருகிறது. அவர்களில் இட்ஸிங் (Itsing) என்பவர் வைத்திய சாஸ்திரம் படித்தாரென்றும், அவர் சீன தேசத்திற்குப் (China) போனபின்னர் இவ் வைத்திய சாஸ்திரங்களின் ஸாரங்களை அத்தேசத்தில் உபயோகப்படுத்தினார் என்றும் அபிப்ராயப்படுகிறார்கள்.

கோண்டால்ராஜாவான தாக்கோர் ஸாஹிப் (Thakore Sahib, Raja of Gondal) என்பவர் "ஐரோப்பாவில் அராபிய வைத்திய சாஸ்திரம் 17-ம் நூற்றாண்டு வரையில் அநேக சீர்திருத்தம் செய்து அக்கண்டத்தின் வைத்திய சாஸ்திரங்களுக்கே காரணபூதமாயிற்று. ஐரோப்பியர் அராபியர் மூலமாக்வாவது இந்து தேசத்துக்கு இவ்விஷயத்தில் கடமைப்பட்டிருக்கிறார்கள். ஸுச்ருதமானது ஹெல்பர் (Helper) என்பவரால் லத்தின் (Latin) பாஷையிலும், வல்லர்ஸ் (Vullers) என்பவரால் ஜர்மன் பாஷையிலும் மொழிபெயர்க்கப்பட்டது" என்று தாமியற்றிய ஆயுர்வேத சரித்திரத்தில் சொல்லியிருக்கிறார். தற்காலத்தில் உலகத்திலுள்ள சஸ்திர சிகித்ஸகர்கள் அநேக சஸ்திர வைத்திய முறைகளை இந்திய முறைப்படி நடத்திவருகிறார்கள் என்பது ஸுச்ருதர் முதலிய ஆதிகாலத்து வைத்திய சிகாமணிகளுக்கும், ஹிந்து வைத்திய சாஸ்திரமுறைக்கும் அதிகமான கௌரவத்தைக் காட்கிறது. மேற்கூறிய விஷயங்களின் தத்துவத்தை யறிந்துகொள்ள சில உதாரணங்களைச் சொன்னால் தெளிவாகும்.—

ஹிப்பாக்ரெட்டீஸ் (Hippocrates) என்பவர் அக்காலத்தில் ஹிந்துக்களால் உபயோகிக்கப்பட்டுவந்த எள்ளு, ஜடாமாம்ஸி, மிளகு முதலியவற்றை வைத்தியத்தில் உபயோகிக்கும்படி ஏற்பாடு செய்தார்.

கிரேக் தேசத்திலிருந்து கி. மு. 400-ல் டீஸியஸ் (Ktesias) என்பவரும், இன்னும் அநேகரும் இந்தியாவுக்கு வந்து வைத்தியம் கற்றுப் போனார்கள். கி. மு. 300-ல் மகாஸ்தனீஸ் (Megasthanes) இத்தேசத்தில் தூதனாக (Ambassador) இருந்து அநேகபுஸ்தகங்களை எடுத்துக்கொண்டு போனார். அவற்றுள் வைத்திய நூல்களும் அநேகம் அடங்கியிருந்தன.

"கிரேக்கருக்குப் பாம்பு கடிக்கு மருந்து தெரியாது. மஹா அலக்ஸாந்தர் (Alexander the Great) இந்தியாவைப் படையெடுத்து வந்த காலத்தில் நமக்கு விஷவைத்தியம் நன்றாகத் தெரியுமென்பதை யறிந்து ஆச்சரியப்பட்டார்." மேற்கூறியவரே தன்னுடைய இந்து தேசச்சரித்திரத்தில் "இந்தியரின் விஷவைத்திய சாஸ்திரத்தின் மேன்மையையும், குணத்தையும் கண்டு மகிழ்ந்த மஹா அலக்ஸாந்தர் இந்துக்களைச்சேர்ந்த பிராஹ்மண வைத்தியருக்குப் பரிசு, பொருளுதவி முதலியவைகளைச்செய்து வைத்துக்கொண்டு, தன் சைனியத்திலிருப்போரவருக்காவது பாம்பு கடித்தால்; அவர் உடனே தன் அரண்மனைக்கு வரவேண்டுமென்று தன் படைக்காரர்களுக்குத் தெரியப்படுத்தினர். இவ்வைத்தியர் விஷவைத்தியத்தில் மாத்திரம் சிறந்தவரல்ல. அவர்கள் அத்யாச்சரியமாக அஸாத்தியமான அநேக வியாதிகளையும் குணப்படுத்தினார்கள்" என்று சொல்லியிருக்கிறார்.

"கி. பி. 1-ம் நூற்றாண்டில் டயோஸ் காரிடீஸ் (Dioscorides) என்பவரும், கி. பி. 2-ம் நூற்றாண்டில் சேலன் (Galen) என்பவரும் இந்து வைத்தியத்தைப்பற்றியும், இந்தியருடைய ஔஷதச் சரக்குகளைப்பற்றியும் அநேக விஷயங்கள் வெளியிட்டிருக்கின்றனர். அக்டுவேரியஸ் (Actuarius), ஈஷியஸ் (Oetius) என்பவர்களும் திரவ்யகுணங்களைப்பற்றி யெழுதி யிருக்கின்றனர். காலிப் அல் மன்ஸர் (Kalipe Al Mansur) என்பவரின் ஆதரவால் சரக ஸுச்ருதங்கள் அராபிபாஷையில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டன. முறையே இவைகள் லத்தின் பாஷையில் மொழி பெயர்க்கப்பட்டன. இதுதான். 17-ம் நூற்றாண்டுவரையில் ஐரோப்பாக் கண்டத்தில் வைத்திய சாஸ்திரத்துக்கு ஆதாரம்" என்று கொண்டால் ராஜா தன் புத்தகத்தின் 185-ம் பக்கத்தில் சொல்லியிருக்கிறார். லத்தீனில் சரகத்தை 'சரக்' என்றும், ஸுச்ருதத்தை 'சுச்ருட்' (Susrud), என்றும், நிதானத்தை 'பேடன் (Baden)' என்றும், அஷ்டாங்கத்தை 'ஆசங்கர்' (Asankar) என்றும் சொல்லுகிறார்கள்.

இந்த வைத்தியரான மங்கர் என்பவரால் ஸம்ஸ்க்ருதம்மொழிபெயர்க்கப்பட்டது. அவரே இந்திய மூலிகைகளைப்பற்றிய சாஸ்திரமொன்று எழுதியிருக்கிறார்.

பாக்தாதில் அநேக இந்தியர் சமஸ்தான வைத்தியராக அமர்த்தப் பட்டனரென இந்து தேசச் சரித்திரத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அக்காலத்தில் அன்னியர்கள் இந்தியாவுக்கு வந்து பற்பல இடங்களில் சாஸ்திராத்யயனம் செய்வது வழக்கமாயிருந்தது. சரித்திரங்களில் பார்ஸன்பை (Barzonbyeh) கி. பி. 6-ம் நூற்றாண்டிலும், உஸைவியா (Usaiviah) கி. பி. 8-ம் நூற்றாண்டிலும் வந்திருந்து வைத்தியம் கற்றுக் கொண்டார்கள் என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. ரேஸீஸ் (Rhazes) என்பவர் சரக, ஸம்ஸ்க்ருதங்களினின்று அட்டையைப் பற்றிய விஷயங்களைப் பெயர்த்தெடுத்து விவரமாக எழுதியிருக்கிறார். தவிரவும் நம்தேசத்திலிருந்து பின் கூறப்படும் சரக்குகள் அராபியாவுக்கு அனுப்பப்பட்டதாக ஆதாரங்களிருக்கின்றன:—தேங்காய், கொட்டைப்பாக்கு, புளி, லவங்கம், ஜாதிக்காய், சந்தனக்கட்டை, இஞ்சி (சுக்கு முதலியது), ஏலக்காய், மிளகு (3 வகை), நேர்வாளம் முதலியன.

சரக ஸம்ஸ்க்ருதங்களுடைய மொழிபெயர்ப்புகள் தஞ்சாவூர் ஸரஸ்வதி மஹாலில் வெகு காலமாய் இருக்கின்றன.

முடிவு:—வாசிப்பவர்களுக்கு விண்ணப்பம். 'வித்வானேவ விஜாநாதி வித்வஜ்ஜந பரிச்ரமம்- ந ஹி வந்த்யா விஜாநாதி குர்வீம் ப்ரஸவ வேதநாம்.' என்பதுபோல சாஸ்திரங்களின் அழகும், மேன்மையும் அவைகளின் ஸாரமும், அவற்றின் உபயோகமும் ஆதியி லெழுதப்பட்ட பாஷையில் படித்தால் தான் நன்றாகத் தெரியும். ஆகையால் நம்முடைய பிராசீனமாயுள்ள ஆயுர்வேதத்தை வாசிக்க வேண்டுமானால் ஆதியில் ஸம்ஸ்கிருத பாஷையில் எழுதப்பட்டுள்ள நூல்களைக் கொண்டே படிப்பது உசிதமாகும். மொழி பெயர்ப்புகள் அநேகமிருந்தபோதிலும் சிற்சில இடங்களில் விஷயங்களின் ஸாராம்சம் கூறமுடியாமற் போய் விடும். இந்த சாஸ்திரம் வாசிப்பதற்கு அநுபவ ஞானம் அவசியமாகையால், குரு முகமாகத்தான் கற்கவேண்டும். இதற்கு ஜனங்கள் ஒன்று கூடி பொருளுதவி செய்து, கலாசாலைகள் ஏற்படுத்தி அங்கங்கே ஸம்ஸ்க்ருதம் கற்றுக் கொடுத்து, கற்றவர்களில் பிரியமுள்ளவர்களுக்கு வைத்திய சாஸ்திரம் கற்றுக் கொடுக்கவேண்டும். அப்படி வைத்திய சாஸ்திரம் கற்க விரும்புபவர் குறைந்த பக்ஷம் இரண்டு சாஸ்திரம் நன்றாய் வாசித்திருக்க வேண்டும். அப்படிச் செய்தால் வைத்திய சாஸ்திரம் ஆதிகாலத்திலிருந்த நிலைமைக்கு வந்து, ஜனங்களுக்கும் படிப்பவருக்கும் மேலான நன்மையளிக்கும்.

THE METHOD OF PURIFICATION OF CROTON SEEDS.

நேர்வாளத்தைச் சுத்தி செய்யுமுறை.

BY

Mr. V. S. AIYAN PILLAI VAIDYAR.

நேர்வாளம் பேதிச்சரக்குக ளனைத்திலும் முதன்மையானது. நன்றாய்ச் சுத்தி செய்யாவிட்டால் சில ஸமயம் பிராணனையே போக்கிவிடும். இச்சரக்கைக்கொண்டு வைத்தியன் உத்தேசப் பிரகாரம் பேதியாகும்படி செய்வது ஒருநாளு முடியாது. சில தேகங்களில் கட்டுக் கடங்காத பேதியாகி நஷ்டப்படுத்தினதாகக் கேள்வி. முறிவு கொடுத்தால் பொருட் படுத்தாத பேதியாகிக் கடைசியில் தன் அம்சம் பூராவும் தேகத்தைவிட்டுக் கழிந்த பிறகே பேதியும் மட்டுப்படுஞ் சுபாவமுள்ளது. விரேசனமாவதற்காக இதை ஒரு தடவை யெடுத்துக் கொண்டோரிற் சிலர் தங்கள் வாழ்நாளில் மறுபடி எந்தச் சமயத்தும் இதை வேண்டாது விலக்குகிறார்கள். உட்கொண்டவுடன் வாயில் நீரூறலும், வயிற்றில் ஸங்கடமும் வலியும், பேதியானால் அபா

ளத்தில் கடுப்பும் எரிவும், வாந்தியு முண்டாய் வருத்தப்படுத்துஞ் சுபாவ முள்ளது. ஆரம்ப வைத்தியர்கள் நேர்வாள ஸம்பந்தமான பேதி மருந்தை உபயோகிக்கவே கூடாது. லகுவாக விரேசனமாகும் சில மருந்துகளைப் பலவித தேகிகட்கும் உபயோகித்துக் கைவந்தபின், நேர்வாள சுத்திமுறையை ஆசிரிய முகத்தால் உணர்ந்து தெரிந்து, பரிமாணத்தை மிகக் குறைத்துக் கையாண்டு பழகிப் பின்னர் ஒருவாறு திடங்கொள்ள வேண்டியது. இந்த பேதி மருந்தைப் பழகு முன்னமேயே இதற்கு முறிவைத் தெரிந்து கொள்ளல் அத்தியாவசியகம். இதனைக் கிரமமாய்ச் சுத்தி செய்துவிட்டால் சற்றும் பயமில்லாமற் கையாளலாம். சுத்தி தெரியாமலேதான் அநேகர் பிணியாளிகட்குத் தொந்தரையைக் கொடுக்கிறார்கள். எந்த மருந்தினும் தீராத வாதரோகங்கள், நீர்ப்பாண்டு, மலபந்தம், முடக்கு, குடல்வாதம், ஸக்பாதம் முதலிய மஹா கொடிய ரோகங்களை எளிதாகவும் வெகு விரைவாகவும் இதனால் சொஸ்தமாக்கலாம். மேற்கண்ட பிணிகள் சிலவற்றில் விரேசன முண்டுபண்ணுவதற்கு இதர மருந்துகள் எவையும் பயன்படாத ஸமயத்தும் இது எளிதில் பேதியாக்கி ரோகத்தைச் சமனப்படுத்தி விடுவதுமுண்டு. இதனால்தான் "நேர்வாளமின்றி நெகிழாது" என்னும் பழமொழியும் நெடுநாளாக வழங்கப்படுகிறது. இந்து வைத்தியர்கள் நேர்வாளக் குழம்பு, அகஸ்தியர் குழம்பு, லிங்கக் குழம்பு, சௌரியார் குழம்பு, கரியநாதக் குழம்பு முதலிய குழம்புகளாகவும் மாத்திரைகளாகவும் முறைப்படி செய்து வைத்துக்கொண்டு மிகுதியாகக் கையாண்டு வருகிறார்கள். ஆங்கில வைத்தியர்கள் இந்த நேர்வாள விதையைப் பிழிந்து எண்ணெயாக (க்ரோடோனிஸ் ஒலியம்—க்ரோடன் ஆயில்) எடுத்து வைத்துக்கொண்டு பேதிக்காக உள்ளுக்கும், சர்மஞ்சிவந்து ரோகங்குணமடைய மேலுக்கும் தாராளமாய் உபயோகித்து வருகிறார்கள். இந்த எண்ணெயை மிகுதியாகத் தேகத்தில் பூசினால் சர்மஞ்சிவந்து போவதுமன்றிக் கொப்புளங்களு முண்டாய்விடும். இது மிகக் கொடிய பேதி மருந்தாகையால் பிற மருந்துகளால் தீராத அரிய ஸமயத்தில் மாத்திரம் இதனைக் கையாளுவதாக வைத்துக்கொள்ளல்வேண்டும்.

சுத்தி:—இரண்டு பலம் நேர்வாளக்கொட்டைக்கு ஒருபடிவீதம் ஈனாத எருமைக் கிடாரியின் சாணியைப் பால்பிழிந்து அதனுள் முதல்நாள் இரவே கொட்டைகளையிட்டு இரவெல்லாம் ஊறியபின், மறுநாள் அடுப்பேற்றி யெரித்து சாணிப்பால் கொஞ்சம் இருக்கும்போதே அடுப்பினின்றும் இறக்கியாற்றிக் கழுவி, கொட்டைகளை மெதுவாயுடைத்து நோயுள்ள பருப்புகளை நீக்கிவிட்டு, கொழுமையும் கனமும் வெண்ணிறமுமுடையதுமான பருப்புகளை ஜலத்திலிட்டு வைத்துக்கொண்டு ஒவ்வொன்றுமெடுத்து இரண்டாகப் பிளந்து மத்தியிலிருக்கும் முளையைக் கத்தியால் சுரண்டி யெறிந்துவிடவும். பருப்பின் அடிப்பாகத்தில் முளையிருப்பதுமன்றி இரண்டு பருப்பின் உட்பாகத்தில் பருப்புடன் ஒட்டிக்கொண்டு அம்முளையின் இலைகள் வெண்மையாகவும் மிக மிருதுவாகவுமிருப்பதைச் சாக்கிரதையாகச் சுரண்டியெடுக்கவேண்டும். இந்த இலையும் முளையின் ஓர் பாகந்தான். ஸாதாரணமாய்ப் பார்வைக்கு இந்த இலை முளைகள் தென்படுவதில்லை. மிகக் கவனமாய்ப் பார்த்து அகற்ற வேண்டியிருக்கும். இவ்விதமாய் முளைகளைப் போக்கிய பருப்புகளை முலைப்பாலிலிட்டு 4-மணிநேரம் ஊறியபின் நன்றாய்ப் பிசைந்து சுத்த ஜலம்விட்டு அலம்பி யெடுத்துலர்த்தி, சோற்றுக் கற்றாழை மடலை இரண்டாய்ப் பிளந்து அதன்மத்தியில் பருப்புகளை வைத்து நூலால் கற்றாழையைக் கட்டி, மேலே எருமைச்சாணியை அரையங்குலக் கனமிருக்கும்படி யப்பி, உடனே உமி நெருப்பில் வைத்துப் புடமிடவும். சாணியின் ஈரம் வற்றிக் கற்றாழைமடல் நன்றாய்க் குழைய வெந்த பக்குவத்தில் எடுத்து ஆற்றிப் பருப்புகளை ஓர் மெல்லிய துணியில் முடிந்து, ஷை எருமைச் சாணிப்பாலில் ஓர்நாளும் காடித் தண்ணீ

ரில் ஒரு நாளுமாக மாறி மாறி-3-நாள் சாணிப் பாலிலும், 3-நாள் காடியிலும் ஊறவைத்தெடுத்து உலர்த்தி வைத்துக்கொள்ளவும். வயது வந்தவர்கட்குச் செய்யும் ஔஷதங்கட்கு இந்தப் பருப்புகளை இப்படியே உபயோகிக்கலாம். குழந்தைகட்குச் செய்யும் ஔஷதங்கட்கு மாத்திரம் இவ்விதம் சுத்தித்த பருப்புகளை ஓர் கரண்டியிலிட்டு, மிதக்கும்படி அதில் முலைப் பால் விட்டு, அடுப்பேற்றி யெரித்துப் பால் முற்றுஞ்சுண்டிப் பருப்புகள் சற்றுச் சிவக்கும் வரையும் வருத்தெடுத்துச் சேர்க்கவும். மேலே சாணிப்பாலிலும் காடியிலும் மாறி மாறி ஊறவைக்கும்போது ஒரு நாள் ஊறியெடுத்த பருப்புகளை மறுநாள் நிழலிலும் இளவெய்யிலிலும் உலர்த்திப் பின்னர் ஊறவைக்கவும். உலர்த்தாது அப்படியே ஊறவைப்பதால் நன்கு சுத்தியாகாது. இவ்விதஞ் சுத்திசெய்த பருப்புகளைச் சேர்த்துச் செய்யும் மருந்துகள் அதிகம் கொடுமை செய்யாமல் இதத்தையே கொடுக்கும்.

குறிப்பு.—முளைகளை யகற்றும்போது நேர்வாள எண்ணெய் நமது கைகளில் படிந்து கொள்வதால், அவஸரமாய் நமது கைகளால் பிற உறுப்புகளைத் தீண்டிவிட நேரிடுகிறது. அஜாக்கிரதையால் சிலர் அந்தக் கையால் கடைக் கண்களையும் அக்குளையும் தொடையிடுக்கையும் முழங்கை மடிப்பு முதலிய பல விடங்களையும் துடைத்து விடுகிறார்கள். முளை விஷமும் எண்ணெயுஞ் சேர்ந்து பரிசித்த விடங்களில் சிவந்தும் வீங்கியும் எரிவுகண்டு அவஸ்தைக்குள்ளாக்கி விடுகிறது. ஆகையால் கைகளை எண்ணெய் போம்படி நன்றாயலம்பிக் கொள்ளவேண்டும். கண்களில் பட்டால் வீங்கி எரிந்து வெகு துன்பப்படுத்தும். அதற்கு ஈரவெங்காயத்தைத் தட்டி எரிவுள்ள விடங்களில் வைத்தால் வெகு விரைவில் எரிவு மட்டுப்பட்டு விடும். பிற உறுப்புகளின் எரிவுக்கு ஈருள்ளியையே உபயோகிக்கலாம். எந்த மருந்தும் இந்த எரிவை ஈருள்ளியைப்போல் குணப்படுத்தாது. நல்ல காற்றுள்ள விடத்திலிருந்துகொண்டு தயிர்ச்சாத முட்கொண்டு முளை போக்க ஆரம்பித்தால் நலம். கைகளை ஒரேதடவையில் நன்றா யலம்பி விட்டோமென்று திருப்திப்படலாகாது. எலுமிச்சம் பழம், சவர்க்காரம் இவை முதலியவைகளைத் தேய்த்துப் பலதடவை நன்றா யலம்பிக் கொள்ளவேண்டியது.

THE KAYA SUDDHI—A SIMPLE METHOD OF TREATMENT FOR ALL DISEASES.

யோகிகளின் காயசுத்தி வைத்தியம்.

BY

Mr. P. B. RANGACHARIAR,

Conjeeveram Ayurvedic Dispensary.

பிணியின் ஸ்வரூப மென்ன? அஃது உற்பத்தியாவது எங்ஙனம்? ஜ்வரம் என்பது யாது? என்னும் இவ்வினாக்களுக்குரிய விடைகள் அடியில் சுருக்கமா யுரைக்கப் படுகின்றன. இவ்விடைகள் தத்துவ வகையில் மாத்திரமன்றி அநுபவ முறையிலும் மிக்க பொருத்தமுடையனவாம். பிணியின் ஸ்வரூப மறியப்பட்டாலல்லது சிகித்ஸை செய்வது எளிதாகாது. அன்றியும், மேல் நோக்கால் ஏற்படுகின்ற வியாதிகளின் பேத தத்துவங்களைத் தவிர்த்து அத்வைத தத்துவத்தை நிலைநிறுத்துகைக்கு உறுப்பாகக் கீழ் விவரிக்கப்படுமவை யாவும் பிரகிருதி (Natural laws) தர்மத்திற்கு இணங்கியே விளங்கும்.

ஒவ்வொரு மனிதசரீரத்திற்கும் ஆரோக்கிய நிலைமையில் ஒவ்வொரு ரூபமுண்டு. அதினின்றும் ஏற்படும் உருவமாறுபாடே வியாதியின் செய்கையாம். "அகத்தினழகு முகத்தில் தெரியும்" என்னுமாறு முதலில் முகத்திலும் கழுத்திலும் ரூபம் மாறுபட்டுத் தோற்றும். பித்த வியாதியில் முகம், கால், அடிவயிறு, இவற்றிலுண்டாகும் வீக்கங்களிலும், வாதரோகங்களிலும், விசேஷமாக ஆனேவாதங்களிலும் இவ்வகை உருவமாறுபாடுகள் நிதர்சனமாகக் காணத்தகும். பிணி நீங்கினவுடனே

விளங்கும் பழைய ரூபம் இதனைவற்புறுத்தும். பித்தபாண்டுவில் வெண்மைநிறமும் காமாலை ரோகத்தில் மஞ்சள்போன்ற வர்ண பேதங்களுமுண்டாகி சரீர நிலைமை மாறுபடுகின்றது. பிணியாளரை யிருக்கும்போது ஓர் புகைப்படம் எடுத்து வைத்துப் பின்னர் பிணி யொழிந்தவுடனே ஓர் புகைப்படமெடுத்து இரண்டையும் ஒத்துப் பார்த்தால் முன்பின் நிலைமைகளுக்குள்ள வாசி கையிலங்கு நெல்லிக் கனிபோல் விளங்கும். இனி, நிறைவிஷயத்தில் ஆராய்ந்தாலும் இவ்வகையாகவே செய்து பார்த்தால் நிறையின் ஏற்றக் குறைகள் தெற்றென விளங்கும். மனிதர் பெரும்பாலும் இராக்காலங்களில் எப்புறம் அதிகமாகச் சாய்ந்து படுக்கின்றனரோ அப்புறமே பிணி அதிகமாகத் தங்கி உருவத்தை மாற்றி வருத்துகின்றது. கவர்ச்சி(Law of Gravitation) நியாயத்திற்குப் பிணி இணங்கியிருத்தலால் அவ்வியாதியை ஓர் பொருள் எனக் கூறுதல் பொருந்தும். போஷணபதார்த்தங்கள் சரீரத்தை வருத்தாமல் ஸமரீதியாய்க் கட்டி வளர்ச்செய்கின்றன. வியாதி பதார்த்தம் சரீரத்தில் வித்தியாச ரூபத்தை உண்டாக்கி வருத்துதலால் தேகத்திற்குத் தகாத பதார்த்தம், அல்லது அந்நிய பதார்த்தம் எனச் சொல்லவேண்டியிருக்கிறது. விகிருதி என்பது நிதர்சனமாகிறது. வியாதியிருக்குங் காலத்திலுள்ள ரூபம் மாறி வியாதி நீங்கினவுடனே உண்டாகும் பழைய ரூபம் இதற்கு வலிய ஸாக்ஷி.

காயத்திற் பிணிகள் செல்ல இரண்டு வழிகளுண்டு; வாயின் மூலமாக வயிற்றிலும், மூக்கின் மூலமாக ச்வாஸவுறுப்பிலும் பிணிகள் பரவும். இவ்விரண்டு வழிகளும் அந்நிய பதார்த்தங்களுக்கு எளிதில் வசப்படாத இந்திரியங்களால் காக்கப்பட்டிருந்தபோதிலும் சில ஸமயங்களில் அப்பதார்த்தங்கள் சரீரத்திற் செல்ல இடங்கொடுத்து விடுகின்றன. (காற்றை உட்கொள்ள மூக்கும், ஆஹாரங்களை உட்கொள்ள நாக்கு மாகிற இரண்டு இந்திரியங்கள் இங்கு குறிக்கப்பட்டனவாம்.)

தகாதவாஸனை, ருசி முதலியவற்றைக் கவனியாத அற்ப அஜாக்கிரதை என்னும் இவை இந்திரியங்களின் இயற்கையான சக்தியை நாளடைவில் தளர்த்தி அவற்றின் கடமைகளைச் சரியாய் செய்யவொட்டாமல் தடைபடுத்தி, அந்நிய பதார்த்தங்களைத் தடையின்றி சரீரத்தினுட் புகச் செய்து விடுகின்றன. புகையிலை, சுருட்டு முதலியதை நல்ல காற்றைப்போல் ச்வஸித்து வருபவரை அநுதினமும் பார்த்து வருகிறோம். நாக்கு இதினும் அதிகமாய் பிரகிருதி தர்மங்களுக்கு விரோதமான உணவுகட்குங் கூடப் பழக்கப்படுத்தப் பட்டிருக்கின்றது. சில நூற்றாண்டுகட்கு முன்னர் பழக்கத்திலிராத மிளகாய்போன்ற தாபனப்படுத்தக்கூடிய கொடிய உணவு, காபி, டீ போன்ற வலிய பானங்கள் முதலியவற்றுக்கும் அது பழக்கப்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றது. இவற்றை விட்டுச் சிலகாலம் இருக்கவேண்டுமென்றால், இதைத் தகாத பதார்த்தமென்று ஒப்பித் தள்ளுவதைப் பார்க்கிலும் இயற்கையான உணவென்று ஸ்தாபிக்க வழி தேடுவது உசிதமாமென அறியாமையால் கருதுகின்றோம். கோயில், திருமலை, பெருமாள் கோயில் (இவை முறையே ஸ்ரீரங்கம், திருப்பதி, காஞ்சீபுரம் இவற்றைக் குறிக்கின்றன) என்னும் முக்கிய வைஷ்ணவ ஸந்நிதிகளில் மிளகாய் பகவந்நிவேதநத்திற்கு உதவாததென்று ஒதுக்கப்பட்டுள்ளமையை அனைவரு மறிவர். இது நிற்க,

வயிற்று ஆஹாரத்திற்கு உப்பு, புளி, மிளகாய் போன்ற உருசி கொடுக்கும் பதார்த்தங்களையும், கடுகு, சீரகம் போன்ற வாஸனை திரவியங்களையும் சேர்த்து எப்படி அப்பியஸித்து வருகிறோமோ அப்படியின்றி (அதாவது ச்வஸிக்கப்படும் காற்றுக்கு வாஸனை யேற்றாமல்) பலருடைய மூக்கு இப்பொழுது சுத்தமான வாயுவையே ஸந்தோஷமாக ஏற்றுக்கொள்ளுகின்றது. நமது முன்னோர்களுக்கு நல்ல தேஹாரோக்கியத்தைக் கொடுத்துவந்த அதிகமய மான சுத்தாந்நம் இக்காலத்தில் சொற்பஜனங்களால்தான் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டு வருகிறது.

இதனையே இன்னும் விரிவாக உதாரணங்களால் விவரிக்கின்றேன்.

ஜீர்ண உறுப்புக்கள் அவற்றுக்குக் கொடுக்கப்பட்டு வரும் இயற்கைக்கு விரோதமான ஆஹாரங்களால் நாளடைவில் வலி குறைந்து வருவதைக் கவனியாமல் உத்தீபனப்படுத்தக்கூடிய பொருள்களினால் அவற்றை அதிகமாகத்தூண்டி அதிக வேலை பண்ணும்படி செய்து வருகிறோம். 100-மரக்கால் தானியம் சுமக்கக் கூடிய மாட்டின்மீது 150-மரக்கால் தானிய மேற்றிச் சாட்டையின் பிரயோகத்தால் வருத்தி நடத்தக் கூடும். இன்னம் சில நாள் செய்து வந்தால் காலக்கிரமத்தில் அம்மாடு கால் வலி குன்றி சொற்ப சுமையையுஞ் சுமக்க இயலாதொழிவதை அனைவரும் அநுபவத்தால் அறியவும் கூடும். இம்மாதிரியாகவே மனிதர்களின் ஜீர்ண உறுப்புகளையுங் கொள்க. ஜீர்ண உறுப்புகள் உத்தீபன பதார்த்தங்களால் சில நாள்வரை வேலை செய்யக் கூடுமென்றாலும், அவற்றின் இயற்கையான சக்தி நாளவிடையில் குறைந்து, பிறகு அவைகளுக்குக் கொடுக்கப்படும் வேலையை மிகக் குறைவாகவே செய்யக்கூடியதாகின்றன. இதனால் குடல் முதலிய ஜீர்ணக் கருவிகளின் சக்தியானது மிகவும் மெதுவாய், 10 அல்லது 20 ஆண்டு வரையில் அப்பலக்குறைவு அபிவிருத்தியாகி தேஹாரோக்கியத்தை மாற்றிவிடுகின்றது.

வியாதிகொண்ட ஜீர்ண உறுப்புகள் எவ்வளவு ஆஹாரத்தை ஜீர்ணஞ் செய்யக்கூடுமென்பதை நிஷ்கர்ஷித்தல் அரிது. 4-அவுன்ஸ் பால் ஆரோக்கியத்தைக் கொடுக்கக் கூடிய விடத்தில் 5-அவுன்ஸ் கெடுதியாகிறது. "அளவுக்கு மிஞ்சின் அமுதமும் விஷமாம்." ஆகையினால் 4-அவுன்ஸ பால் ஜீர்ணிக்கக் கூடியவிடத்தில் 5-அவுன்ஸ் அதிகம் என்று நிச்சயிக்க வேண்டுமல்லவா? அதிக அஸ்வு ஆஹாரமனைத்தும் நஞ்சுத்தன்மை யடைகின்றது. வயிற்றில் போடப்படுவதெல்லாம் ஜீர்ணிக்கவேண்டுமென்கிற விதியில்லை யென்னும் விஷயம் என்

றும் ஞாபகத்தி லிருக்கவேண்டும். ஆசார[illegible]கிய நிலைமையிலுள்ள வயிறுகூடச் சில அ[illegible]வுள்ள ஆஹாரங்களைத்தான் ஜீர்ணம் செய்யு[illegible] அதிகப்படுமவை யெல்லாம் நஞ்சாகும். ச[illegible]ரம் காயத்திலிருந்து வெளித்தள்ளப்பட[illegible] விட்டால் அந்நிய பதார்த்தமாகிறது. நீண்ட ஆயுள், சுகம் இவற்றை விரும்புமவர்கள் ஆஹா[illegible]ரம், பானம் இவற்றில் மிதமான அளவைப் பிரமாணமாகக் கொள்ள வேண்டும்.

சரீரமானது, மலங்களை அப்புறப்படுத்த ஏ[illegible]படுத்தப்பட்டிருக்கும் வழிகளாகிய ச்வாச[illegible]வுறுப்பால் வெளிக்காற்றிலும், வயிற்றினில[illegible]றும் குடல்கள் மூலமாய் ஆசனவழியினு[illegible] வெளியிலும், அல்லது வியர்வை, மூத்திர[illegible] வெளிவிடுங் காற்று இவற்றை முறையே ச[illegible]மம், மூத்திரவுறுப்பு, ச்வாஸவுறுப்பு இவைக[illegible] மூலமாய் அந்நிய பதார்த்தங்களை வெளி[illegible]படுத்துகின்றது.

மல வுறுப்புகள் பல நாள்வரை அந்நிய பதார்த்தங்களைத் தள்ளிக் காயத்தைச் சுத்தி செய்து வருகின்றன. ஷை உறுப்புகள் அதிக வேலையால் நாளடைவில் பலஹீனப்பட்டு மல[illegible] பொருள்களை வெளியில் தள்ளாமல் தமக்கருகி[illegible]லேயே சேர்த்துவிடுகின்றன. இப்பொருள்கள் சரீரக்கட்டிட வேலைக்கு உதவாததோடு, இரத்த வோட்டத்தைத் தடுத்து ஜீர்ணத்தைக் குறைத்துக் கெடுதி விளைவிக்கவல்ல கெட்ட வஸ்துக்களாகவும் ஆய்விடுகின்றன. இப்பதார்த்தங்கள் நாளடைவில் காயத்திற் பலபாகங்களில் தங்கிவிடுகின்றன. இது தான் சரீரத்தில் வியாதி கொள்ளும் வழி. பழக்க வழக்கங்கள் மாற்றப்படாத வரையில் மேன்மேலும் சரீரத்தினுள் அந்நிய பதார்த்தங்கள் சேர்ந்து வருகின்றன. பழக்கமுடைய கண்களுக்கு உடனே தெரியும்படியாக இந்நிலைமையிலேயே பிணியானது உடலின் இயற்கை யுருவத்தை மாற்றுகின்றது. வலியோடும், பழமையான உக்கிர ரூபங்களோடும் வியாதி காள்பட்டு வெளிப்பட்டாலும், அதற்கு வெகு காலம் முன்னமே பிணி

பட்டாலும், அல்லது சீதோஷ்ண நிலைமை மாறப்பெற்றாலும் அப்பொருள்கள் நகர்ந்து பரவும் விருப்பத்தை அடைகின்றன. பரவும்போது மேல்நோக்காக வருகின்றன. அதாவது—வஸ்துவின் அளவுக்கும் சீதோஷ்ண நிலைமைக்கும் தக்கபடி அவ்விதம் மாறும். இதே மாதிரி மானிடவுடலில் குளிர்காலத்தைக் காட்டிலும் உஷ்ண காலத்தில் விகாரம் மிக விரைவில் உண்டாகின்றது. உஷ்ணகாலத்தில் பேதி, ஜ்வரம், அம்மை போன்ற ரோகங்கள் உண்டாவதற்கும் இதுவே காரணம்.

மானிட சரீரத்திலும் அன்னிய பதார்த்தங்கள் கீழ்ப்பாகத்தில் தங்கி சீதோஷ்ணநிலைமை, அதிர்ச்சி, மனக்கவலை முதலியவற்றால் தூண்டப்பட்டு நகரத்தொடங்குகின்றன. நகரும்போது மேல்நோக்கியே வந்து சரீரத்தை மூடிக்கொண்டிருக்கும் சர்மத்தைத் தாக்குகின்றன. சர்மம் இடங்கொடாமல் தாக்கும்வரையில் தடையோடு போராடிவருகிறது. இதனால் உராய்தல் உண்டாகி உஷ்ணம் அதிகரிக்கின்றது. ஜ்வரத்தில் காணப்படும் உஷ்ணாதிக்கியத்திற்கும் இதுவே காரணம். ஜ்வரத்தில் காயம் முன்னிலும் அதிகமாய்ப் பருத்திருப்பதற்கும் இதனையே காரணமாகக் கொள்ளத் தகும். சர்மம் ரப்பரைப்போல் நெகிழக் கூடியதாகையால் அன்னியபதார்த்தங்களுக்கு இடங்கொடுத்துப் பருத்துப்போகின்றது. இந்நிலைமைதான் ஜ்வரத்தை அதிகப்படுத்தி அபாயத்தை உண்டுபண்ணக்கூடியது. அதாவது அன்னியபதார்த்தங்கள் இன்னும் அதிகமாய்ப் பரவ விரும்பி வெளிப்படாமல் சர்மத்தின் அடியிலேயே தங்கிவிடுகின்றன. சர்மம் திறக்காதவரையில் அடியில்தங்கி அவை உட்புறத்தைக் கொளுத்தி மரணத்தை உண்டாக்குகின்றன. சர்மம் உடனே திறக்கும்படி செய்தால் அபாயம் நீங்கும். அதாவது விகிருதி காயத்தைவிட்டு வியர்வை மூலமாய்க் கழிகிறது. உட்புறம் உஷ்ணத்திலிருந்து விடுபட்டுப் பருமனும் குறைந்து ஜ்வரமும் குறைந்து விகிருதி தணிகிறது. புளிப்புப் பொருளை உட்கொண்ட புட்டிக்கும் விகிருதியின் வசப்பட்டொழுகும் காயத்திற்கும் எல்லா வகையினும் உள்ள ஒற்றுமையை எளிதில் உணரலாம். ஆனால் புட்டியில் ஓரம் போகும் வரை தடையில்லாமலிருக்கிறது. காயத்திலோ பலதடைகளுண்டு. எல்லா உறுப்புகளும் அதைத் தடுத்து அடக்கப் பிரயத்தனப்படுவதால் அன்னியபதார்த்தங்கள் அதில் மோதித்தள்ள உராய்ந்து உஷ்ணத்தை உண்டாக்கி, சில ஸமயங்களில் வழி கிடையாதொழியில் அவ்வுறுப்புகளை நாசப்படுத்துகின்றன. பாதிக்கப்பட்ட விடத்திற்குத் தக்கபடி வயிறு, கல்லீரல், இருதயம், ச்வாஸவுறுப்பு முதலியவை வியாதிகொண்டதாக வழங்கப்படுகின்றன. ஒவ்வொரு விதத்திற்குத்தக்கபடி பிணியின் பெயர்கள், பாதிக்கப்பட்ட பாகம், விகிருதியின் வழி, அளவு, ஸ்தானம் இவற்றைப் பொறுத்தனவா இருக்கும்.

காயத்தில் உஷ்ணாதிக்கியம் உண்டாவதற்குச் சில நாள்கள் அல்லது சில மாதங்களுக்கு முன்னரே இதற்கு மாறான உஷ்ணக்குறைவு அல்லது சீதளம் உண்டாகின்றது. இதன் விவரணம்:—விகிருதி அதிகப்பட்டவுடன் இரத்தவோட்டம் நுனிபாகங்கட்குச் செல்லாமல் தடைபட்டு உள்ளேயே அழுத்தப்படுகின்றது. இதனால் உஷ்ணத்தின் அளவு அதிகப்படுகின்றது. விகாரம் உண்டாகும்படியான உபகரணங்களுக்குத் தக்கபடியும், காலதாமதத்திற்குத் தக்கபடியும், அதிக அளவுள்ள விகிருதி சேர்ந்து இரத்த வோட்டத்தையும் போஷணத்தையும் தடைசெய்து வருகிறது. இரத்தக்குழாய்களின் பாகங்கள் தடைபட்டு (அதாவது தங்குகின்றவரையில் இரத்த ஓட்டம் நின்று) சர்மத்தின் மேற்புறங்களில் இரத்தம் பரவாதொழிகின்றது. கைகால்கள், சில ஸமயங்களில் சரீரம் முழுவதும் சீதளமாவதற்கும் இதுவே காரணம். இதைக்கண்டு உடனே சிகித்ஸை செய்யாமலிருப்பது பெருத்த குற்றமாகும். உடனே சிகித்ஸைசெய்தால் ஜ்வரம் நின்றுவிடும்.

விகாரத்தைப்பற்றி எழுதும்போது எல்லா வகை விகாரத்திலும் ஒரேகாலத்தில் கிருமிகள் உற்பத்தியாவதாய் எழுதினோம். ஜ்வரத்திலும் கிருமிகள் ஜனிக்கின்றன. அதிக விகாரத்திற்கு இடமானது கிருமித்தத்துவம் மேற்கூறிய ஸமாதானத்தினால் விவரிக்கப்பட்டதாகிறது. வயிற்றில் தங்கிக்கிடக்கும் விகிருதி பதார்த்தங்கள் விகாரத்தை அடையும் போதெல்லாம் கிருமிகள் காயத்தில் அபிவிருத்தியடைகின்றன. இக்கிருமிகள் விகாரத்தின் பலனாகையால் விகாரம் மாறி (அதாவது அபிவிருத்தியான வழியிலேயே விகிருதி லயித்து) ஆரோக்கியமுண்டாகும்போது கிருமிகளும் மறைந்தொழிகின்றன. காயத்தில் விகிருதியில்லாமல் கிருமிகளால் பிணி தொற்றிப் பரவுதலென்ற விஷயம் பொருத்தமற்றதாகும்.

மேற்கூறிய விஷயங்களையே இன்னும் சில உபமானங்களால் கீழ் விவரிக்கின்றேன். ஓர் வீடு, அல்லது அறை நெடுநாளாய் சுத்தப்படுத்தப்படாமல் பொறுக்கொணாத் துயரை விளைவிக்கவல்ல சில பூச்சிகளுக்கு இடமாகி, அதில் வசிப்பவர்களை வருத்திவந்தால் அவற்றை நிர்மூலமாக ஒழிக்க நினைத்தல் அனைவர்க்கும் இயற்கை. பழையகால நடைக்கிணங்கப் பாஷாணத்தின் உதவிகொண்டு சில பூச்சிகள் கொல்லப்பட்டாலும், காரணம் அழியாமையால் மறுபடியும் உற்பத்தியாகித் துன்பப்படுத்திக்கொண்டேயிருக்குமல்லவா? நமது மனோரதம் நிறைவேறுதற்கு என்றும் வழியின்றியே வளரும். பூச்சிகளின் உற்பத்திக்குக் காரணமான அழுக்குகளை அப்புறப்படுத்திவிட்டால் பூச்சிகள் நிர்மூலமாக ஒழிக்கப்பட்டனவாகும். "காரணமழியிற் காரியமழியும்."

மற்றோருபமானம்:—கொசுக்களின் உற்பத்திக்கு வசதியான சதுப்பான காட்டிலுள்ள கொசுக்களெல்லாம் பாஷாணத்தின் உதவியால் நாளொன்றுக்கு நூற்றுக்கணக்காய் அழிக்கப்பட்டாலும், உற்பத்தி வசதியால் லக்ஷக்கணக்காய் அபிவிருத்தியாகின்றன. உற்பத்திக்குக் காரணமான சதுப்புத்தன்மை பூமியினின்றும் நீங்கும்வரையில் கொசுக்களை நிர்மூலப்படுத்தல் அரிதேயாம். மலைச்சிகரங்களில் கொசுக்களில்லாமையை அறிவோம். சிலகொசுக்களை அங்குக் குடியேற்ற முயன்றாலும் தக்கவசதியில்லாமைகாரணமாக அவைசதுப்பானபிரதேசங்களைநோக்கி ஓடிப்போவதைக் காணலாம். ஆகையால் ஜ்வரத்திற்குக் காரணமான விகிருதியை ஒழிக்க வழிதேடுவதே உரியதாகும். ஜ்வரத்தின் இலக்கணங்களை நன்குணர்ந்தபின் சிகித்ஸை அரிதல்ல, அதாவது தடை செய்யும் சர்மத்தில் மோதும் விகிருதியின் செய்கையை அதிகப்படுத்தும் விகாரத்தைச் சர்மத்தைத் திறந்து குறைத்தல் கஷ்டமல்ல. நீராவி இயந்திரத்தில் உண்டாகிவருகிற அதிக அளவு நீராவியைக் குறைக்க வேண்டுமானால் தீயைக் குறைக்க முயல்வதேயன்றோ மதியுடையோர் காரியம். இவ்வாறாகச் சிகித்ஸை செய்யப்பட்டவுடன் விகிருதி வேர்வை மூலமாகக் காயத்தைவிட்டுக் கழிந்தொழிகின்றது. விகிருதி கழியக் காயத்தின் உப்பலும் குறைந்து உஷ்ணாதிக்கியமும் குறைந்துவிடுகின்றது.

வியர்வையோடு பிணியின் காரணம் பற்ற ஒழிவதில்லை. குறிப்பிட்ட கேசுகளில் விகாரம் சில பாகங்களை மாத்திரம் வெளித்தள்ளி அதே வழியில் லயிக்கின்றது. இத்தோடு இன்னும் புதிய விகிருதிகள் சேர்ந்துவந்து தக்க உபகரணங்கள் சேர்ந்தவுடன் வெளிக்கிளம்பக்கூடிய ஜ்வரத்திற்கு ஆஸ்பதமாகின்றன. காயத்திலுள்ள எல்லா விகிருதியையும் பற்றற ஒழிப்பதையே நோக்கமாகக் கொள்ளவேண்டும்.

இதற்காகச் செய்யவேண்டிய சாந்திகரமான கடிஸ்நாநத்தைப்பற்றி மற்றோரிடம் காணலாம்.

இவ்வளவோடு நில்லாமல் காயத்தின் வேலைகளுக்கு இடையூறு உண்டாகாவகையும் செய்விக்கவேண்டும். படிப்பு ஸம்பாஷணை முதலியவற்றால் சரீரவேலையை உத்தீபனப் படுத்தாமல் போதுமான ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். பாதையிற் செல்லும் வண்டிகளின் சப்தம் செவிப்படுதலும் கெடுதி விளைவிக்கக் கூடியதாதலால் ஏகாந்த நிலத்தில் வசிக்கவேண்டும். பிணியாளி படுக்கும் அறை வெளிச்சமற்று இருண்டிருத்தல் வேண்டும். இராக்காலங்களில் விளக்குகளை அணைத்திடுவதோடு நல்ல காற்று வீசும்வகையும் செய்விக்கப் படவேண்டும்.

இனி, மேல் விவரித்த விஷயங்களை சுருக்கி யுரைக்கப் படுகின்றன. எல்லாப் பிணியாளிகளின் காயத்திலும் ரூபமாறுபாடு காணக் கூடியது; இது விகிருதியால் உண்டாக்கப்படுவது; விகிருதியே பிணி; விகிருதி காயத்திற்கு வேண்டாத பொருள்; ஜீர்ண சக்தியானது குன்றினிடுங் காரணத்தினால் விகிருதி காயத்தில் தங்கி விடுகிறது; விகிருதி மலவுறுப்புகளின் அருகில் தங்கி விகாரம் ஏற்பட்டவுடன் காயம் முழுதும் பரவுகின்றது; மலவுறுப்புகள் விகிருதியிற் சில பாகங்களைத் தள்ளிக் காயத்தைச் சுத்தி செய்யும் வரையிலுள்ள ஸ்திதியானது தாங்கக்கூடியதாயிருக்கிறது; மலவுறுப்புகளின் வேலை குறைவதால் காயத்திற்குக் கஷ்டம் உண்டாகிறது; விகிருதி தங்குதலே தொந்தரவல்ல; இவ்விக்ருதியானது நெடுநாள்வரை பதுங்கிக் கிடந்து, வெகு நாட்களுக்குப் பிறகு அதைத் தீர்க்க முயலுகையில் வேகமான ரூபங்களில் கிளப்புவதாலேயே உபத்திரவம் விருத்தியாகும். தொந்தரை செய்யாமல் மறைந்திருக்கும் விகிருதியைக்கூட அறியலாம்; விகிருதிபதார்த்தங்கள் அழுகும் அல்லது உருமாறும் இயல்புடையன; விகிருதியானது கிருமிகளின் உற்பத்திக்கு நிஜமான காரணமாயிருக்கிறது; அதிகமாய் விகிருதியானது வயிற்றில் தங்கியிருந்தால் உபத்திரவங்கள் உண்டாகி வேகமாய் மேலே பரவுகின்றன. விகிருதியானது ஜ்வரம், நோவு இவற்றை உண்டாக்கி, பிணியாளியின் ஸ்திதியை மாற்றுகின்றது; அவயவங்களின் மாறுபாடடைந்த ரூபத்தையே இப்பிணியின் உபத்திரவகரமான குறிகளெனச் சொல்லுகிறோம்; இவ்வுரு மாறுபாடே காபன வியாதி அல்லது தீர்க்க வியாதியாக மாறுகிறது.

ஸித்தாந்தம்.—வியாதிக்குக்காரணம்ஒன்றே. பல ரூபங்களிருப்பினும் வியாதி ஒன்றே; 'பல வியாதிகள்' என்று பேதப்படுத்தாமல், அநேக ரூபங்களென்று சொல்வதே பொருத்த முடையதாகும். வெட்டு, காயங்கள் முதலியவை வியாதியிற் சேர்ந்தவை யல்ல. ஆகவே சரீரதாதுக்களின் இயற்கைக் காரியங்களின் ஸமயோகம் (Assimilation) ஆரோக்கிய நிலைமை யென்றும், விகாரம் (Fermentation) வியாதிகொண்ட நிலைமையென்றும் நிச்சயிக்கவேண்டும்.

வைத்திய கலாநிதி.

ஆனந்த ஹூ ஆஸிமீ.

HOW TO SLEEP.

நித்திரை செய்யும் நியமம்.

உலகத்திலுள்ள வேறெந்த சுகமும் நித்திரைக்கு ஈடாகாது. பகலெல்லாம் மிகவும் ஆயாஸகரமான வேலைகளைச் செய்து மீண்டும் எவ்வித வேலையில் பிரவ்ருத்திக்கவும் முடியாதபடி களைத்துப் போனவன் இரவில் படுத்து வேண்டியவளவு தூங்கி மறு நாட் காலையில் எழுந்திருக்கும்போது சிரமமனைத்தும் நீங்கி, முதல் நாள் வேலை செய்த கஷ்டத்தைச் சிறிதும் கருதாமலிருக்குமாறு மறுபடியும் உத்ஸாஹம் மேலிட்டு வேலை செய்ய முயற்சிக்கின்றான். ஸ்த்ரீகளுக்குப் பிரஸவத்தின் போது உண்டாகிற சரீர கஷ்டமானது இவ்வளவென்று சொல்லமுடியாது. அவ்வித அஸாதாரணமான சிரமமும் சிறிது நேரம் தூங்கின பிறகு நீங்கிப்போகின்றது. இவ்வளவு அருமையான நித்திரையையும் அலக்ஷியம் செய்து ஏதோ வியாபாரங்களின் நிமித்தம் பலர் இரவில் வெகு நேரமளவு கண்விழிக்கின்றனர். பாட்டுகளைக் கேட்பதற்கும், கூத்துகளைக்காண்பதற்கும் சரீரத்தின் இயற்கை நிலைமைக்கு நேர் விரோதமாக நித்திரையைக் கெடுப்பது இன்னும் விவேகக்குறைவே யாம்.

ஒரு தினத்திற்கு ஆறுமணிக்குக் குறையாமலும், எட்டுமணிக்கு அதிகப்படாமலும் நித்திரை செய்யவேண்டுமென்பதை ஒவ்வொருவரும் நியமமாகக் கொள்ளவேண்டும். இரவு பத்துமணிக்குப் படுத்து காலை ஐந்து மணிக்கு எழுந்து விடவேண்டும். இதன் இடையில் நித்திரைக்கு எவ்வித இடையூறும் நேரிடாதபடி தகுந்த ஜாக்கிரதையுடன் படுக்கவேண்டும். இங்கு கூறப்படுகிற நியமப்படி

நித்திரையைக் கவனித்து வந்தால் நீடித்த காலம் ஆரோக்கியக்குறைவின்றி ஜீவித்திருக்கத் தடையில்லை. ஆரோக்கியத்தை அபிவிருத்தி செய்வதற்குள்ள மற்ற நியமங்களை விட நித்திரை ஸம்பந்தமான இவ்வித நியமங்களைத் தவறாமல் அனைவரும் நிறைவேற்றுவது எளிது. இரவில் பத்து மணிக்குப் படுத்து, உதயத்தில் ஐந்து மணிக்குமேலும் ஏதோ சோம்பேரித்தனத்தினால் தூங்கிக்கொண்டிருப்பது பிசகு; அவ்விதம் அநாவசியகமாய் அளவு மீறி நித்திரை போவதும் ஆரோக்கியக் குறைவுக்குக் காரணமாம்.

அநேகம் மாணாக்கர்கள் இரவில் வெகு நேரம் கண் விழித்துப் படித்து வருகிறார்கள். அவ்விதம் செய்வதால் தலைவலி, அஜீர்ணம், ச்வாஸாசய நோய்கள், குடலைப்பற்றிய வியாதிகள் முதலானவை யுண்டாய் ஆரோக்கிய நிலைமையானது பலவகையில் சீரழிந்து, ஆயுளும் குறுகி விடுகின்றது. பள்ளிக்கூடங்களில் பரிசுகள் பெறவேண்டுமென்று இராப்பகலாய் நித்திரையின்றி வித்தை கற்பவனுக்கு, அவன் படிக்கும் விஷயங்கள் மூளையில் பதிவுறாமற் போவதுடன், நாளடைவில் மூளையும் கண்பார்வையும் மந்தமாய் விடுகின்றனவாம். பகலில் வீணிற் காலங்கழிப்பதற்காகச் செலவாகும் நேரங்களைப் படிப்பதற்கு உபயோகித்துக் கொண்டு, இரவில் 10-மணிக்கு நியமப்படி நித்திரை போவதற்குப் பிரயத்தனப்படாதது ஜனங்களுக்குள்ள விவேகக் குறைவையே விளக்குகின்றது. சரீரத்தை ஆரோக்கியக் குறைவின்றி ஆதரவுடன் கவனிப்பவனே, தனது படிப்பினால் தனக்கும் உலகத்திற்கும் நன்மை செய்யத் தகுந்தவனாகிறான்.

தினந்தோறும் 24-மணி நேரத்தில் நித்திரைக்காக 8-மணி அவகாசத்தைக் கழித்து விட, மிச்சமுள்ள 16-மணி நேரத்தில் சரீர யாத்திரைக்கு வேண்டிய வேலைகளையும், படிப்பையும், மற்றும் பல உத்தியோகங்களையும் கவனிக்கவேண்டும். நாம் செய்யவேண்டிய வேலைகளை யெல்லாம் முறை தவறாமலும் சில நிமிஷங்களைக் கூட வீணாகக் கழிக்காமலும் நடத்திவந்தோமானால் இப்பதினாறுமணி நேரம் போதுமானது. புத்திசாலிகளான மாணாக்கர்களும் உத்தியோகஸ்தர்களும் இந்திந்த நேரத்தில் இவ்விவ்வித வேலையைச் செய்து முடிக்க வேண்டுமென்று ஒரு நியமம் செய்துகொண்டு நித்திரைக்கு ஒருவித இடையூறும் செய்யாமல் தமது ஆரோக்கியத்தைக் காத்துக் கொள்வதிலேயே ஆவலுள்ளவராயிருக்கின்றனர். மாணாக்கருக் குண்டாகும் பிணிகளில் பெரும்பான்மையும் இரவில் மிதமிஞ்சி கண்விழிப்பதாலேயே ஏற்படுகின்றனவென்று நிச்சயமாகக் கூறுவோம்.

ஒரே படுக்கையில் இரண்டு மூன்று பேர் ஒன்றாகப் படுத்துத் தூங்குவது ஆரோக்கியத்திற்கு ஏற்றதல்ல. ஒரு படுக்கையில் ஒருவன் தான் தூங்கலாம். ஆனால் ஒவ்வொரு நபருக்கும் தனித்தனியே படுக்கை யேற்படுத்துவதில் சிறிது செலவு அதிகமாகுமாதலால், எளிய ஜனங்கள் அவ்விதம் செய்யச் சக்தியற்றவராயிருப்பர்; அப்பொழுது ஒருவருடைய மூச்சுக்காற்று மற்றொருவரால் ச்வஸிக்கப்படாதபடி ஒருவர் ஒரு திசையையும், மற்றொருவர் மற்றொரு திசையையும் பார்த்துக் கொண்டு படுப்பது ஒருவாறு உசிதமாகும். ஒரே படுக்கையில் அல்லது ஒரே அறையில் அநேகர் நித்திரை செய்வதாயிருந்தால் அங்கு தாராளமாகக் காற்று உலாவும்படி ஜன்னல்களையும் வாயில்களையும் நன்றாகத் திறந்து வைக்கவேண்டும். பெரும்பாலும் அனைவரும் படுக்கும்போது தலையை மட்டும் சிறிது உயர்த்தி வைத்துக்கொள்வது வழக்கம்; தலையைத் தாழ்த்தி வைத்தால், மூளைக்கு அதிக இரத்தவோட்டம் ஏற்பட்டு மூளையின் வேலை அதிகப்பட, அதனால் மூளைக்கு அமைதி

DIABETES INVESTIGATION IN MADRAS.

நீரிழிவு நோயின் பரிசோதனை

சென்னைக் கவர்ன்மெண்டார் நீரிழிவு ரோகத்தினால் நாளுக்கு நாள் அதிகமாக உயிர்ச்சேதமுண்டாவதை நோக்கி, அதன் காரணங்களையறிந்து அதற்குப் பரிஹாரம் தேடுவதற்கு முயற்சி செய்ய சில நாட்களாய் யோசனை செய்து வருகின்றனர். இவ்விஷயமாக ஆராய்ச்சி செய்வது மிகவும் அவசியமென்றுணர்ந்த ஓர் இந்திய கனவான் 50,000 ரூபாய் உதவியிருப்பதாக அறிந்து ஸந்தோஷப்படுகின்றோம். ஆனால் அவ்வுதார புருஷன் தனது பெயரை வெளியிடக் கூடாதென்று கவர்ன்மெண்டாரைக் கேட்டுக்கொண்டதால், நாம் அம்மஹானுடைய பெயரைக்கேட்டு களிக்கக்கூடாமலிருக்கிறது. ஆகையினால் கவர்ன்மெண்டார் சீக்கிரத்திலேயே அவ்வேலையை ஆரம்பிக்க உத்தேசித்து டாக்டர் பாட்டர்ஸன் எனகிற நிபுணரை இதற்காக நியமித்திருக்கிறார்கள். இந்த டாக்டருக்கு வருஷம் ஒன்றுக்கு 800 பவுன் சம்பளம் கிடைக்கும். அந்தச் சம்பளத்தில் பாதித்தொகை 50,000 ரூபாய் நன்கொடை கொடுத்த கனவானும், பாக்கியுள்ள தொகையை வைத்தியாராய்ச்சிக்காக லண்டனில் ஏற்பட்டுள்ள ஒரு ஸ்தாபனமும் கொடுக்கப்போவதாய் அறிகிறோம். இந்த ஆராய்ச்சிவேலை மூன்று வருஷகாலம் நடக்கும். இதற்காக இந்தியரும் ஐரோப்பிய உத்தியோகஸ்தர்களும் அடங்கிய ஒரு கமிட்டி நியமிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இவ்விஷயமிப்படியிருக்க, மாம்ஸபோஜனம் செய்பவருக்கு நீரிழிவு வியாதியுண்டாவதில்லையென்றும், அரிசி முதலிய தானியாதிகளை மட்டும் புஜித்துவரும் ஜனங்களுக்கே இவ்வியாதி உண்டாகிறதென்றும் வைத்தியத்தொழில் புரியும் சிலரது கொள்கை இப்பொழுதே வெளிவருவதாக அறிகிறோம்.

MIDWIVES FOR THE VILLAGES.

கிராமங்களுக்கு மருத்துவச்சிகள்.

இந்தியாவில் குழந்தைகளின் மரணம் நாளுக்குநாள் அதிகரித்து வருவதைப்பற்றி நாம் பத்திரிகைகளின் மூலமாகவும் கவர்ன்மெண்டாரின் ரிபோர்டுகளாலும் அறிந்து வருகிறோம். ஒரு வயதுக்கு உட்பட்டு மாண்டுபோகும் சிசுக்களின் எண்ணிக்கையே அதிலும் அதிகமாயிருக்கிறது. இதற்குக் காரணம் அநேகம் உண்டு. அ[illegible]மருத்துவச்சிகளின் மௌட்டியத்தனம் உணவின் [illegible]ஷங்கள் இவ்விரண்டுமே பிரதானமானவை. குழந்தைகளுக்கு ஒரு வருஷம் வரையில் பாலையே உணவாகக் கொடுக்கவேண்டியிருப்பதால் பாலின் தோஷத்தால் பல சிசுக்கள் மரிக்கின்றனவாம். நகரங்களைவிட கிராமாந்தரங்களில் சுத்தமான பால் விசேஷமாகக் கிடைக்கக் கூடும். ஏனெனில் கிராமங்களில் ஆடு மாடுகள் சுற்றுப்புறங்களிலுள்ள மேய்ச்சல் நிலங்களுக்குப் போய் நல்ல இலைகளையும் தழைகளையும் மேய்ந்து நல்ல ஜலங்களைக் குடித்து சுத்தமான வாயுவையும் ஸ்வாஸித்து, காலாற நடமாடி வருவதால் பெரும்பாலும் ஆரோக்கியக் குறைவின்றி ஜீவிக்கின்றன; அவ்வாடு மாடுகளிடமிருந்து கறக்கப்படும் பாலும் சுத்தமாயிருக்கும். ஆகவே கிராமாந்தரங்களில் சுத்தமான பால் கிடைப்பதுடன், அவ்விடங்களில் விலையும் சிறிது குறைவாகவேயிருக்கும். ஆகையினால் கிராமாந்தரங்களில் குழந்தைகளை வளர்ப்பதற்கு வேண்டிய பாலைப்பற்றி தற்காலம் முக்கியமாய் கவலைப்பட வேண்டிய அவசியமில்லை. தகுந்த விவேகமும் பயிற்சியுமுள்ள மருத்துவச்சிகள் இல்லாமையால்தான் அங்கு அளவற்ற குழந்தைகள் அநியாயமாய் இறந்துவிடுகின்றன.

இச்சென்னையைப் போன்ற பெரிய நகரங்களில், படித்தறிந்த அநுபவம் பெற்ற அநேகம் மருத்துவச்சிகள் இருந்த போதிலும், இன்றைக்கும் இந்துக்களில் பெரும் பான்மையோர் அறிவில்லாத அம்பட்டச்சிகளையே மருத்துவம் பார்ப்பதற்கு வரவழைக்கின்றனர். பலர் சக்திக்குறைவால் அவ்வாறு செய்தாலும் வேறு சிலர் பரம்பரையாக வரும் துர்வழக்கத்தையே பின்பற்றி விஷயமுணராமல் அவ்வித அநுபவமும் அறிவுமில்லாத அம்பட்டச்சிகளையே மருத்துவத்திற்காக அழைக்கின்றனரென்பதே விஸனிக்கத்தக்கது. இவ்விஷயம் பட்டணவாஸத்திலேயே இவ்விதமிருந்தால் கிராமங்களில் கேட்கவே வேண்டாம். கிராமங்களில் பிரஸவிக்கிற ஸ்திரீகளுக்கு மருத்துவம் பார்க்க அம்பட்ட ஸ்திரீகளே பரம்பரையாக மிராசு பாத்தியமுள்ளவர்கள். அம்பட்ட ஜாதியில் பிறந்ததாலேயே அந்த ஸ்திரீகளுக்குக்கூடவே மருத்துவத்திலும் அஸாதாரணமான அறிவு இயற்கையிலேயே உண்டாய்விடுவதாகவும் கருதுகின்றனர் போலும்! மருத்துவம் அல்லது பிரஸவசாஸ்திரம் என்பது வைத்திய சாஸ்திரத்தில் ஒரு விசேஷப் பகுதியென்றும், அது படிப்பாலும் அநுபவத்தாலுமே ஸாதிக்கக் கூடியதென்றும், அவ்வாறு பயிற்சியில்லாமலே அத்தொழிலைச் செய்பவரால் சிசுக்களுக்கும் தாய்களுக்கும் பிராணபாயம் நேரிடாமற்போவது ஆச்சரியமென்றும் கிராமாந்தரத்திலுள்ள ஜனங்களுக்கு ஆங்காங்குள்ள படித்தவருப்பார்

விஷயங்களை அப்போதைக்கப்போது அறிவித்து வருவது அவசியம். ஆரோக்கியமும் திடமுமான சரீரமுள்ளவர்கள் தகுந்த காலங்களில் கர்ப்பந்தரித்தால், அவர்கள் அதிக சிரமமில்லாமலே பிரஸவித்து விடுவார்கள்; ஆனல் அவர்களுக்கும் ஸஹாயமாயிருந்து சிறிது உபசாரம் செய்வதற்காக பிரஸவகாலத்தில் மருத்துவச்சிகள் அருகிலிருப்பது அவசியமாகும். பலக்குன்றிய அல்லது ஆரோக்கியக்குறைவுள்ள கர்ப்பிணிகளுக்கும் வெகு இளம்பிராயத்தில் அல்லது முதிர்ந்த வயதில் கர்ப்பந்தரிப்பவர்களுக்குமே ஸாமர்த்தியசாலிகளான மருத்துவச்சிகளின் உதவி இன்றியமையாததாகும். பிரஸவத்தில் இயற்கைப் பிரஸவமென்றும், இயற்கைக்குமாறான பிரஸவமென்றும் பலவிதமுண்டு. அதில் இயற்கைப் பிரஸவமானல் அப்பொழுதும் மருத்துவச்சிகளின் ஸாமர்த்தியம் அவ்வளவு அவசியமாயிராது. இயற்கைக்கு மாறான பிரஸவங்கள் பெரும்பாலும் திர்ப்பலமான ஸ்த்ரீகளுக்கும அகாலத்தில் கருத்தரித்தவருக்குமே ஸம்பவிக்கும். ஆகையால் அவ்வித ஸ்த்ரீகள் பிரஸவிக்கும் ஸமயத்தில் படித்த அநுபவசாலிகளான மருத்துவச்சிகளை உபசாரம் செய்ய ஏற்படுத்துவது மிகவும் அவசியம்.

இயற்கைப் பிரஸவங்களிலும், இயற்கைக்குமாறான பிரஸவங்களிலும் அம்பட்ட மருத்துவச்சிகள் செய்யும் அக்கிரமங்கள் அநேகம். இயற்கைப்பிரஸவத்தில் சிசுவானது கர்ப்பாசயத்தினுடையவும் உதரத்தினுடையவும் தசைநார்களின் செயலால் தானகவே வெளிவருகையில், இவ்வறிவிலா மருத்துவச்சிகள் தமது ஸாமர்த்தியத்தாலேயே சிசு வெளிப்பட்டதாக அறிவிக்க வேண்டுமென்கிற அபிப்பிராயத்தினல், அநாவசியகமாகவே கருப்பையினுள் தமது கைகளைக்கொடுத்துத் தானய்வரப்போகிற சிசுவை வலித்திழுப்பதுண்டாம். அவ்வாறு அநாவசியகமாக வலித்திழுப்பதால் தாய்க்கும் சிசுவுக்கும் அல்லது இருவரில் ஒருவருக்காவது ஏதேனும் அபாயமுண்டாகுமென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. இயற்கைக்கு மாருக நேரிடுகிறப் பிரஸவங்களில் கருப்பையிலும், சிசு திரும்பவேண்டிய வகைகளிலும், அல்லது சிசுவின் அவயவங்களிலும் ஸம்பவிக்கிற கோளாறுகள் இவ்விதமானவை யென்றும், அக்கோளாறுகளுக்கு இவ்விதம் பரிஹாரம் செய்யவேண்டுமென்றும், அக்காரியங்களுக்கு அவசியமான ஸாதனங்கள் இவையென்றும் அம்பட்டிச்சிகள் அறிவார்களா? இவ்விஷயங்களில் தமக்குப் பரிசயமில்லையென்பதையும் உணராமல், அம்மருத்துவச்சிகள் சில ஸாஹஸகிருத்தியங்களைச் செய்து விடுகிறார்கள். ஆகவே குழந்தைகளுக்கு அல்லது தாய்களுக்கு அல்லது இருவருக்குமே உயிர்ச்சேதம் உண்டாய் விடுகின்றது.

இப்படியெல்லாம் அறிவில்லாத அம்பட்ட ஸ்த்ரீகள் மருத்துவம் பார்ப்பதால் நேரிடும் அபாயங்களை ஜனங்களுக்கு அறிவிப்பதற்கும், ஒவ்வொரு கிராமத்திலும் மருத்துவத் தொழில் செய்து வரும் அம்பட்டச்சிகளுக்கு மருத்துவத்தில் கூடிய மட்டிலும் அறிவைப் புகட்டுவதற்கும் கவர்ன்மெண்டார் ஏதேனும் தகுந்த ஏற்பாடு செய்யவேண்டும். இப்பொழுது சென்னையிலுள்ள கவர்ன்மெண்டு பிரஸவ ஆஸ்பத்திரியில் அநேகம் மருத்துவச்சிகள் பயிற்சி செய்விக்கப்படுகின்றனர். இப்பிரஸவ ஆஸ்பத்திரியில் பயின்றபிறகு அம்மருத்துவச்சிகளை வெளியூர்களிலுள்ள ஒவ்வொரு முனிஸிபாலிடியுள்ள ஊர்களுக்கும் அனுப்புவார்கள். கவர்ன்மெண்டுபிரஸவ ஆஸ்பத்திரியில் பயிற்சி பெற்று வெளியில் முனிஸிபல் டவுன்களில் வேலை செய்யப்போகும் மருத்துவச்சிகள், அம்முனிஸிபல் டவுனுக்குச் சுற்றுப்புறங்களிலுள்ள கிராமாந்தரங்களிலிருக்கும் அம்பட்டச்சிகளை வரவழைத்து, மருத்துவ ஸம்பந்தமான விஷயங்களை அவர்களுக்குப் போதிக்குமாறு ஏற்பாடுகள் செய்யலாம். மேலும் முனிஸிபாலிடியுள்ள ஊர்களில் ஆஸ்பத்திரியில் வரும் கேஸுகளை அந்த அம்பட்ட மருத்துவச்சிகளுக்குக் காண்பித்து அநுபவமுறைப்படியும் சிறிதேனும் அறிவைப் புகட்டலாம். புத்திசாலியான சில அம்பட்ட ஸ்த்ரீகளை மட்டும் அவசியமானல் சென்னையில் கவர்ன்மெண்டு பிரஸவ ஆஸ்பத்திரிக்கு அழைத்து [illegible] சிறிது விசேஷமான பயிற்சியையும் அவர்களுக்குக் கொடுப்பது உசிதமாகும். இவ்விதமாகவே சில வருஷங்கள் கஷ்டப்பட்டு முயற்சி செய்தால், காலக்கிரமத்தில் மாகாணமெங்கும் கூடிய மட்டிலும் அறிவுள்ள மருத்துவச்சிகள் பரவிவிடுவார்கள்.

சென்னை நகரத்தில் கூட வருஷந்தோறும் சிசு மரணம் அதிகரிப்பதற்குச் சுத்தமான பாலின்மையும், அறிவுள்ள மருத்துவச்சிகளின்மையுமே காரணமென்றும், அதற்காக முனிஸிபாலிடியின் பெருமுயற்சியின் மூலமாய் சிறந்த பாலை ஜனங்களுக்கு ஸப்ளை செய்வதற்கும், படித்து அநுபவமுள்ள மருத்துவச்சிகளை ஏழை ஜனங்களுக்கும் உதவுமாறு ஏற்பாடு செய்வதற்கும் சென்னை ஹெல்தாபீஸர் காப்டன் A. I. H. ரஸ்ஸெல் I. M. S. அவர்கள் முனிஸிபாலிடிக்கு சிபார்சு செய்திருக்கிறார். சென்னையைப் போன்ற பெரிய பட்டணத்திற்கு மருத்துவச்சிகள் அவசியமாயிருப்பது போல கிராமாந்தரங்களிலும் அவசியமாயிருப்பதால் அங்கெல்லாம் ஏதாவது தகுந்த ஏற்பாடு செய்வதற்குக் கவர்ன்மெண்டார் உபாயந்தேடவேண்டும்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

நிலவாகை யென்னும் நிலாவாரை.

இச்சரக்கு ஸாதாரணமாய் எல்லாக் கடைகளிலும் கிடைக்கலாம். ஆனால் கடைகளில் எங்கும் விற்கப்படுவது பழைய இலைத்துண்டுகள் காம்புகள் மற்றும் குப்பைகள் கலந்த தாழ்ந்த சரக்காயிருக்கும். அரபி தேசத்திலிருந்து வருகிற ஸென்னாமுகி அல்லது மெக்கா ஸென்னா (Senna-Mukhi or Mecca-Senna) எனப்படும் நிலாவாரையைவிட திருநெல்வேலி ஜில்லாவில் உற்பத்தியாவது சிறந்ததாகும். இலை முழுமையாயும் சுத்தமாயும், மூறியத் தகுந்ததாயும், வெளிறிய மஞ்சள் அல்லது பச்சை நிறமுடையதாயும், ஒருவித காரமான வாடையுடையதாயும் இருப்பது நல்ல சரக்காம். இது பேதியாகும்படி உபயோகிக்கக்கூடிய சரக்குகளில் சிரேஷ்டமானது.

உபயோகிக்கும் முறை:—நிலாவாரை 1-பலம், சீவியெடுத்த இலவங்கம், சீவிய சுக்கு இவை வகைக்கு ½ தோலா, இவற்றை ஓர் ஆழாக்குக் கொதிக்கிற ஜலத்தில் சேர்த்து ஒரு மணி நேரம் மூடி வைத்திருந்து பின்பு வடிகட்டவும். இதில் ஒரு வேளைக்கு 4 அவுன்சு விதம் தினத்திற்கு இரண்டு அல்லது மூன்று வேளை உட்கொண்டால் எவ்வித மலபந்தமும் தீரும். குழந்தைகளுக்கு மேற்கூறிய அளவில் பாதியாவது அதிலும் குறைத்தாவது கொடுக்கவும். பெரியவர்களுக்கு விசேஷமாக பேதியாக வேண்டுமானால் மேற்படி கஷாயத்தில் 2-அவுன்சு ஆமணக்கெண்ணெயைக் கலந்து, கற்கண்டும் சிறிது பொடித்துச் சேர்த்து உட்கொள்ளலாம். குழந்தைகளுக்கும் 1-அவுன்சு அல்லது ½ அவுன்சு ஆமணக்கெண்ணெயை அவ்விதமே சேர்த்துபயோகிக்கலாம்.

கழற்சிக்காய்

தென்னிந்தியாவிலுள்ள தமிழ் வைத்தியர்கள் இதை ஸாதாரணமாய் உபயோகிப்பதுண்டு. குளிர்க்காய்ச்சல்களில் இதன் சூர்ணத்தை வேளை ஒன்றுக்கு 10 நெல்லெடை வீதம் தினத்திற்கு மூன்று வேளை கொடுக்கலாம். மிளகுத்தூள் 40 நெல்லெடை, பெருங்காயம் 20-நெல்லெடை, கழற்சிக்காயின் பருப்பு 100-நெல்லெடை இவைகளைத் தேன்விட்டு நன்றாய் கல்வத்தில் இரண்டு மூன்று நாள் அரைத்து, 30-மாத்திரைகளாகச் செய்து ஒரு புட்டியில் போட்டு மூடி வைத்துக்கொள்ளவும். இந்த ஜ்வரம் விட்டிருக்கும்போது ஒரு வேளைக்கு 2-மாத்திரை விதம் இரண்டு அல்லது மூன்று வேளை உபயோகிக்கவும். குழந்தைகளுக்கு ஒரு மாத்திரை அல்லது ½ மாத்திரையே போதுமானது. இந்த மாத்திரைகளைக் கொடுக்குமுன் எப்பொழுதும் வயிற்றை ஆமணக்கெண்ணெயையாவது, வேறு விரேசன ஔஷதங்களையாவது கொடுத்து சுத்தி செய்ய வேண்டும். மேற்கூறிய கழற்சிக்காய் மாத்திரை குளிர் ஜ்வரங்களுக்கு நல்ல ஔஷதமென்று அநுபவத்தினால் தெரியப்பட்டிருக்கிறது.

கழற்சி வேரின் தோலை உலர்த்தி சூர்ணம் செய்து அதில் வேளைக்கு 10-நெல்லெடை வீதம் வெந்நீருடன் உட்கொண்டால் ஜ்வரத்திலும், ஜ்வரம் விட்ட பிறகு உண்டாகிற பலவீனத்திலும் சிறந்த குணந்தருவதாகத் தெரியவருகிறது. அநுபவசாலிகளான சில வைத்தியர்கள் குளிர் ஜ்வரங்களுக்குக் கழற்சிக்காயைப் பார்க்கிலும் கழற்சிவேரே சிறந்த ஔஷதமென்றும் சொல்லுகிறார்கள்.

இரத்தஸ்தம்பந சூர்ணம்.

படிக்காரத்தூள் 48-குன்றுமணியெடை, சீமைச்சுண்ணாம்பு (Chalk) 48-குன்றுமணி யெடை இவ்விரண்டையும் ஒன்றாகக் கலந்து 12-சரிபாகமாகச் செய்யவும். ஸ்த்ரீகளுக்கு ருதுசம் மிகுதியாகப் பெருகினால் அப்பொழுது ஒன்று அல்லது இரண்டு மணிக்கு ஒரு முறை ஒவ்வொரு பாகமாக உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். மேலும் மூக்கிலிருந்தோ பற்களிலிருந்தோ திடீரென்று சிலருக்கு விசேஷமாக இரத்தம் பெருகுவதுண்டு; அவ்விதம் வரும் இரத்தத்தை ஸ்தம்பநம் செய்யவும் இது உடனே உபயோகிக்கக்கூடிய சிறந்த ஔஷதமாகும்.

கஸ்தூரி.

அதிக ஜலமிறங்கும் மூத்திரரோகத்தில் (Diabetes-insipidus) கஸ்தூரியை உட்கொள்வதால் குணமுண்டாகுமென்று ஸமீபத்தில் செய்த பரிசோதனையினால் தெரியவருவதாகச் சில டாக்டர்கள் சொல்லுகிறார்கள். (ஹாஸ்பிடல் அஸிஸ்டெண்டு-The Haspital Assistant.)

ருமெக்ஸ் என்னும் மூலிகையும் அயமும்.

ருமெக்ஸ் (Rumex) என்கிற செடியின் வேரில் 100-க்கு 1½-பங்கு அயம் இருப்பதாகவும், வேறு விதமான எந்த மூலிகையிலும் அவ்வளவு அயம் இருப்பதாக இது வரையிலும் தெரியவில்லையென்றும் பாமோரீச் என்பவரும் லாசெட் என்பவரும் பரிசோதனை செய்து கண்டறிந்தனராம். பிறகு வேறு விதப் பரிசோதனையினால் அம்மூலிகையில் அயமானது ஒரு வேறு பொருளாகக் கலக்கிராமல் மூலிகையின் உட்புறமெங்கும் ஊடுருவக்கூடியதோர் ஜீவவர்க்கப் பொருளாகவே (Organic combination) சேர்ந்திருப்பதாகவும் தெரியவந்ததாம். ஆகவே ருமெக்ஸ் வேரை இரத்தக் குறைவாலுண்டாகும் வியாதிகளை எளிதில் குணமாக்கக்கூடியவாறு உபயோகிக்கலாம். (எம். எஸ். ஜர்னல் The M. S. Journal) [ருமெக்ஸ் என்கிற செடியானது ஐரோப்பாவில் விளைகிறது. இச்செடியை எல்லோ டாக் (Yellow dock) என்றும் கூறுவர். [illegible] வைத்தியர் இம்மூலிகையை [illegible] லுண்டாகும் சில சர்மரோகங்களிலும், இரத்தபித்தத்திலும் உபயோகிப்பர்.]

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

ஸ்நானம்.

வயிறு நிரம்ப ஆஹாரமுண்ட பிறகு ஸ்நானம் செய்வது பிசகென்று பலர் கூறுகின்றனர். காரணமென்னவென்றால்:—(1) குளிர்ந்த ஜலத்தில் ஸ்நானம் செய்தால், சரீரத்தின் ஜீவசக்திகள் (Vital energies) குளிர்ச்சியைப் போக்கி மீண்டும் உடம்பின் மேல் பாகத்தில் சூட்டை சுபாவநிலைமைக்குக் கொண்டுவர முயற்சி செய்கின்றன. (2) உஷ்ண ஜலத்தில் ஸ்நானம் செய்தால், சரீரத்தின் உட்புறத்திலுள்ள இரத்த வோட்டத்தில் பெரும்பான்மையான பாகம் சர்மத்தின்மேல் பரவி விடுகிறது. இவ்விருவித ஸம்பவங்களாலும் இரைப்பையிலும் குடல்களிலும் இரத்த வோட்டமும் ஆகவே சூடும் குறைந்து போய் சரீரத்தின் மேற்புறத்தில் பரவிவிடுவதால் ஆஹாரம் நன்கு ஜீர்ணமாவதில்லை. வ்யாயாமம் என்கிற தேஹப்பயிற்சி செய்தவுடனேயும், குளிர்ந்த ஜலத்தில் அல்லது உஷ்ண ஜலத்தில் ஸ்நானம் செய்த வுடனேயும் உணவுண்பது பிசகு. (ஹெல்த் அண்ட் ஹாபினெஸ் - Health & Happiness.)

அன்னாசிப்பழமும் ஜீர்ண சக்தியும்.

தற்காலத்தில் புதிது புதிதாகச் செய்யப்படும் ஆச்சரியகரமான ஆராய்ச்சிகளில் சீக்கிரம் ஜீர்ணமாய் சரீரத்திற்கு வலிவு கொடுக்கக்கூடிய பதார்த்தங்களைப் பற்றிய பரிசோதனையும் ஒன்றாம். ஜீர்ணசக்தியை அதிகப்படுத்தும் பதார்த்த பரிசோதனைகளும் இதில் அடங்கியவையேயாம். பப்பாளிக்காய் ஜீர்ணசக்தியை அதிகரிக்கச் செய்யுமென்கிற விஷயம் வெகு நாட்களுக்கு முன்னமே பரிசோதித்தறியப்பட்டது. வெகு ஸமீபகாலத்திய ஆராய்ச்சியினால், அன்னாசிப்பழரஸத்தில் ஜீர்ணசக்திக்கு வேண்டிய விசேஷ குணங்கள் இருப்பதாய் அறியப்பட்டது. அன்னாசிப்பழரஸத்தில் ஜீர்ணமாவதற்கு வேண்டிய ஒருவித அல்ட்யூமென் என்கிற பொருளும், அம்லமும் உவர்ப்புமான வேறு சில ஸத்துவங்களும் சேர்ந்திருக்கின்றன. அம்ல குணமிருப்பதால் இரைப்பையில் ஆமாசயத்திரவத்திற்கும் (Gastric juice), க்லோம என்கிற கிரந்தியிலிருந்துற்பத்தியாகும் ஒருவித உவர்ப்புத்திரவத்திற்கும் (Pancreatic juice) ஸஹாயம் செய்து அவற்றுடன் கலந்து இந்த இரஸமும் இரத்தத்தில் சீக்கிரம் கலந்து விடுமாறு ஜீர்ணமாகிறது. ஆனால் இப்பழத்தின் கடினமான உட்சதைமட்டும் சிறிதும் ஜீர்ணமாகக்கூடாத பொருள். இப்பழத்தின் இரஸத்தைமட்டும் கடித்து விழுங்கவேண்டும். இப்பழத்தை ஆஹார வேளையில் மட்டும் உட்கொள்ளவேண்டும். (ஹெல்த் அண்ட் ஹாபினெஸ்-Health & Happiness.)

நாடியும் தேஹச்சூடும்.

சரீரத்தில் ஆரோக்யக்குறைவு நேரிட்டபோது நாடியடித்துக் கொள்வதிலும், தேஹச்சூட்டிலும் (Temperature) ஒன்றுக்கொன்று ஏதேனும் வித்தியாஸம் ஏற்பட்டால் தேஹச்சூட்டைப் பார்க்கினும் நாடியின் நிலைமையையே விசேஷ ஜாக்கிரதையுடன் கவனித்து வரவேண்டும். (அமெரிகன் ஜர்னல் ஆப் ஸர்ஜெரி-American Journal of Surgery.)

ஜண்டு ஔஷதசாலையும் வைத்தியர்களும்.

சென்ற மாதத்திய "வைத்திய கலாநிதி"யில் ஸ்ரீரங்கத்தில் புதிதாக ஏற்படுத்தப்பட்ட ஆயுர்வேத தர்மவைத்திய சாலை ஸம்பந்தமான வியாஸத்தில், ஆயுர்வேத வைத்தியம் அபிவ்ருத்தியாக வேண்டுமானால், ஔஷதங்களை முறை தவறாமல் தயார்செய்து ஆங்கில மருந்துகளைப்போல் எங்கும் ஒரே ஒழுங்காய் உடபோகிப்பதற்கு வேண்டிய ஏற்பாடு செய்ய வேண்டுமென்றும் அதற்காகப் பெரியதோர் கம்பெனியை ஸ்தாபித்து சிறந்த ஔஷதசாலையை ஏற்படுத்த வேண்டுமென்றும் நாம் கூறியிருக்கிறோமல்லவா? இப்பொழுது பம்பாயில் ஆயுர்வேத ஔஷதங்களையெல்லாம் சாஸ்திர முறைப்படியே அநேக யந்திரஸஹாயங்களைக்கொண்டு கைபடாமல் தயார் செய்து வருகிறதாகவும், ஆங்கில மருந்துகளைப்போலவே அவை சில சீர்திருத்தங்களடைந்து நம்பக்கூடியவைகளா யிருப்பதாகவும் நாமெற்கனவே இரண்டொரு முறை குறிப்பிட்டிருக்கிறோம். "வைத்திய கலாநிதி"யோடு வெளியாகும் 'சார்ங்கதரஸம்ஹிதையின்' மத்யமகண்டத்தில் கூறப்படும் சூர்ணங்கள், க்வாதங்கள்; லேஹ்யங்கள், தைலங்கள், ஆஸவாரிஷ்டங்கள், குடிகைகள் முதலிய எல்லா ஔஷதங்களும் தயாரிலிருக்கின்றனவெனவும், ஒவ்வொரு ஔஷதச் சரக்கையும் பதன்படுத்தி அவற்றைத்தனித் தனியே யந்திரங்களைக் கொண்டு சூர்ணம் செய்து தயாரில் வைத்திருப்பதாகவும், வைத்தியர்[illegible]க்கும், தர்மவைத்திய சாலைகளுக்கும், இதர [illegible]லைக ளுக்கும் கூடுமான வரையில் குறை[illegible]க் கொடுக்க ஏற்பாடு செய்[illegible]கவும் [illegible] ஷதசாலையாரின் ஏஜெண்[illegible] எமக்கு [illegible] கிறார்கள். இவ்வித ஔஷதசா[illegible]ளை ஆயு[illegible] வ்ருத்திக்கு அவசியமென்று நாம் [illegible] ஆகவே ஆயுர்வேத வைத்[illegible]களும், ஆயு[illegible] நாம வைத்தியசாலைகளும் [illegible] ஜண்டு ஔ[illegible] யாரை ஆதரிப்பாராக.